

4. december 2020

## Retningslinjer for udendørs idræts- og foreningsliv

### Hvem gælder disse retningslinjer for?

Disse retningslinjer gælder for udendørs idræts- og foreningsliv, såsom fodboldkampe og -stævner, ridestævner, kapsejladser samt overnatning i telte og shelters.

Retningslinjerne er udarbejdet i samarbejde med de relevante aktører på området, der har deltaget i et sektorpartnerskab om en forsvarlig afvikling af aktiviteter. Det gælder fx spejdere, folkeoplysende og amatørkulturelle aktiviteter, idrætsorganisationer samt diverse andre relevante aktører.

Idrætsforbund, foreninger og idræts- og fritidsfaciliteter kan selv - ud fra Sundhedsstyrelsens generelle anbefalinger om afstand og kontaktminimering og under hensyn til deltagerens alder - fastlægge særlige retningslinjer for de konkrete aktiviteter.

### Siddende publikum, indendørs idræts- og foreningsliv samt serveringssteder

- For afholdelse af arrangementer med siddende publikum henvises til retningslinjerne for kulturarrangementer med siddende publikum.
- For afholdelse af indendørs aktiviteter henvises til retningslinjerne for indendørs idræts- og foreningsliv samt idræts- og fritidsfaciliteter.
- For caféer, restauranter, barer og lignende serveringssteder henvises til de særskilte regler og retningslinjer herfor.

### Forsamlingsforbud, krav til lokaler og andre restriktioner

Retningslinjerne er vejledende i forhold til ansvarlig afvikling, og ændrer ikke på forpligtelser fra gældende lovgivning, herunder fx forsamlingsforbuddet og krav til lokaler, hvortil der er offentlig adgang. Derudover kan der være indført ekstraordinære tiltag på lokalt, regionalt eller nationalt niveau. Disse skal overholdes, uagtet disse retningslinjer. Disse regler gælder til lands som til vands.

Regler for, hvor mange der må være forsamlet og krav til lokaler, hvortil der er offentlig adgang, findes i bekendtgørelse om forbud mod større forsamlinger og mod adgang til og restriktioner for lokaler og lokaliteter i forbindelse med håndtering af covid-19 og bekendtgørelse om forbud mod store forsamlinger i forbindelse med håndteringen af covid-19.

Der kan desuden være krav om brug af mundbind eller visir i visse situationer samt i visse lokaler. For kultur-, idræts- og foreningsområdet er disse krav reguleret i bekendtgørelse om krav om mundbind m.v. på serveringssteder, i detailhandlen, kultur- og kirkeinstitutioner, idræts- og foreningsfaciliteter og på uddannelsesinstitutioner i forbindelse med håndtering af covid-19.

### Hvem er ansvarlig for overholdelsen af regler og retningslinjer?

En forsvarlig afvikling af aktiviteter indebærer, at ledelse og ansatte for hver forening/institution/virksomhed eller de i øvrigt ansvarlige tager fælles ansvar for, at aktiviteterne sker på en måde, hvor smittespredningen begrænses mest muligt, herunder:

- At der bør foreligge en plan for håndtering af personer med symptomer, herunder selv-isolation indtil personen kan komme hjem eller på sygehus

- Hygiejne med fokus på hostetikette, håndhygiejne og kontaktpunkter
- Kontaktreduktion med fokus på afstand, hyppighed, varighed og barrierer

Derudover skal Sundhedsstyrelsens seks generelle råd for at forebygge smittespredning i videst muligt omfang overholdes:

- Vask hænder tit, eller brug håndsprit.
- Host eller nys i ærmet.
- Undgå håndtryk, kindkys og kram – begræns den fysiske kontakt.
- Vær opmærksom på rengøring – både hjemme og på arbejdspladsen.
- Hold afstand og bed andre tage hensyn.
- Gå i selvisolation, hvis du har symptomer på covid-19, er testet positiv eller er nær kontakt til en person smittet covid-19.

## Generelle retningslinjer

Nedenfor følger generelle retningslinjer, der er relevante i forbindelse med gennemførelse af aktiviteter:

- Hvis et smitteforebyggende tiltag ikke kan overholdes, bør andre tiltag intensiveres.
- Foreninger, institutioner og idræts- og fritidsfaciliteter mv. skal løbende sikre, at rammerne for at efterleve sundhedsmyndighedernes vejledninger om afstand, hygiejne mv. er på plads, at retningslinjerne er synlige ved opslag eller plakater, samt at der er håndsprit (70-85% alkohol) tilgængeligt.

### Hvor mange deltagere må der være i et lokale?

- Foreningens, idræts- og fritidsfacilitetens, virksomhedens, institutionens mv. ledelse skal løbende holde øje med de gældende krav og retningslinjer, herunder deltagerantal i de enkelte aktiviteter, jf. den til enhver tid gældende forsamlingsbekendtgørelse. Dog må antallet af deltagere på samme tidspunkt ikke være større end, at anbefalingen om afstand (ved udendørs/indendørs aktiviteter) eller arealkravet (ved indendørs aktiviteter) kan overholdes.
- Der må maksimalt tillades adgang for 1 kunde, besøgende eller deltager pr. 4 m<sup>2</sup> gulvareal, hvortil der er offentlig adgang, fx toiletter, omklædningsrum mv. I lokaler, hvor kunder, besøgende eller deltagere i det væsentlige sidder ned, må der tillades adgang for 1 kunde, besøgende eller deltager pr. 2 m<sup>2</sup> gulvareal. Er gulvarealet under 4 m<sup>2</sup>, - såsom på toiletter - må der tillades adgang for 1 kunde, besøgende eller deltager. Gulvarealet opgøres væg til væg uanset inventar mv.
- Serveringssteder skal ved indgangen til lokalerne opsætte informationsmateriale om, hvor mange personer, der maksimalt må tillades adgang for.

### Hvor meget afstand skal der holdes mellem deltagerne?

- Sundhedsstyrelsens anbefalinger er, at der holdes mindst 1 meters afstand mellem personer i det offentlige rum, herunder under esport, tankesport, banko mv., samt lignende stillesiddende aktiviteter, hvor der ikke er særlig fysisk aktivitet, fysisk anstrengelse eller kraftig udånding.
- Sundhedsstyrelsen anbefaler 2 meters afstand ved fysisk aktivitet, fysisk anstrengelse samt ved kraftig udånding, fx sang, råb, foredrag og skuespil. Det bemærkes, at fysisk anstrengelse øger risikoen for, at dråber fra luftvejene spredes længere fra personen.
- Der bør sikres 2 meters afstand mellem underviser/foredragsholder og forreste række af tilhørere, mens det er tilstrækkeligt med 1 meters afstand mellem tilhørerne, hvis disse ikke synger, fx i forbindelse med foredrag.
- Afstand vurderes fra næse til næse, så der ved siddende indretning skal måles fra midten af stolesæder og ikke fra armlæn til armlæn.

- Anbefalingerne om afstand gælder også bade- og omklædningsfaciliteter. Som udgangspunkt bør der under omklædning og bad holdes mindst 1 meters afstand.
- Idræts- og foreningsaktiviteter samt dans med fysisk kontakt kan gennemføres, herunder fx idræt hvor man har direkte berøring med andre spillere såsom fodbold. Der bør i disse tilfælde være ekstra stor opmærksomhed på de øvrige anbefalinger, særligt ved hygiejne og forebyggelse af kontaktsmitte.

#### Kan man opdele faciliteter?

- Udendørs idrætsfaciliteter såsom boldbaner og andre arealer, som benyttes til fx spejdere, korsang, musik- og teaterudøvelse, kan inddeles i mindre felter med afsæt i anbefalingerne om afstand.
- Udendørs aktiviteter kan foregå i flere grupper, så længe hver gruppe udgør sit eget arrangement og holdes under det gældende forsamlingsforbud, inkl. trænere, undervisere og lignende og grupper holdes indbyrdes effektivt adskilt før, under og efter aktiviteten.
- Hvis der er flere grupper til forskellige arrangementer til stede i den samme hal, lokale, sal mv. skal det sikres, at der er tilstrækkelig afstand mellem grupperne, så de ikke udgør én samlet gruppe eller ét arrangement. Det kan fx ske ved, at området deles op i felter med klar afstand imellem hvert felt, så hver gruppe har sit eget felt.
- Foreninger og faciliteter bør fastlægge, hvor mange personer der maksimalt må være til stede i et konkret indendørsareal. Der kan ved indgangen til lokalerne opsættes informationsmateriale om dette.
- Hvis en instruktør eller træner har ansvar for flere grupper, kan denne alene være en del af den ene 10 personers gruppe til ét arrangement på samme sted samtidig. Instruktøren eller træneren må ikke komme i kontakt med andre arrangementer eller andre grupper, der er til stede på samme sted samtidig.
- Det er dermed muligt at afholde en aktivitet sektionsopdelt i flere grupper á maksimalt 10 personer i hver gruppe inklusiv holdleder, træner eller instruktør. Det forudsætter dog, at hver gruppe udgør et selvstændigt arrangement, og at det sikres, at grupperne holdes effektivt adskilt fra hinanden. Det betyder, at en træner mv. således ikke kan lede flere af grupperne, hvis disse opholder sig på samme sted samtidig, da aktiviteten i så fald vil blive betragtet som ét samlet arrangement – og dermed er underlagt forbuddet mod at være end 10 personer til stede på samme sted samtidig.

#### Hvor meget skal der rengøres?

Sundhedsstyrelsen anbefaler følgende:

- Identifikation og markering af fælles kontaktpunkter, fx dørhåndtag og trykknapper.
- Hyppig og grundig rengøring af fælles kontaktpunkter, som minimum en gang dagligt, og oftere ved mange berøringer.
- Skraldespande tømmes dagligt, og altid inden de fyldes helt.
- Fælles redskaber og remedier rengøres mellem forskellige kunder, brugere, mv., eller der benyttes personlige redskaber eller engangsudstyr.
- Fjern ikke-nødvendige kontaktpunkter og skift til kontaktløs betjening, fx sensorstyret belysning, håndfri vandhaner, automatisk eller albuebetjent døråbning, kontaktløs betaling mv.
- Toiletter (både bruger- og medarbejdertoiletter) samt bade- og omklædningsfaciliteter bør rengøres grundigt og mindst en gang dagligt og oftere ved mange gæster (hyppighed efter en konkret vurdering).

### Hvor meget skal der luftes ud?

- Ved indendørs aktiviteter med mange personer i samme rum kan der med fordel holdes pauser fx hver time, hvor lokalet tømmes for personer og der skabes gennemtræk ved udluftning.
- Ventilation bør indføres eller optimeres i lokaler med offentlig adgang fx institutioner, kontorer, butikker og restauranter samt offentlige transportmidler, fx tog, metro og busser.
- Ventilation med recirkuleret luft skal undgås, og der bør primært bruges luft udefra, ligesom udskiftning af luft bør ske hyppigt.
- Energispare-indstillinger fx timerfunktion eller styring via CO<sub>2</sub>-følere bør undgås. Hvis muligt bør ventilationstiden i stedet udvides.

### **Generelle retningslinjer for tilrettelæggelse af arbejdet og beskyttelse af medarbejdere/frivillige/medlemmer**

- For medarbejdere i øget risiko for et alvorligt sygdomsforløb med covid-19, anbefales det, at ledelsen i dialog med den enkelte medarbejder laver en konkret og individuel vurdering med afsæt i Sundhedsstyrelsens vejledninger.
- Frivillige i øget risiko for et alvorligt sygdomsforløb med covid-19 bør ikke udføre frivilligt arbejde indtil videre.
- Der bør på hjemmeside og ved indgang være informationer om, at personer i øget risiko for et alvorligt sygdomsforløb med covid-19 udviser stor forsigtighed ved besøg.
- Der skal i eller ved lokaler, hvortil offentligheden har adgang, være vand og flydende sæbe eller håndsprit (70-85% alkohol) tilgængeligt for kunder, besøgende og deltagere. Der bør desuden bruges engangshåndklæder.
- Den enkelte idrætsforening/-facilitet, organisation, virksomhed, institution, mv. bør så vidt muligt gennemgå sine arbejdsprocesser, så man i videst mulig omfang mindsker tiden med tæt kontakt til det absolut nødvendige, herunder opsætning af adskillelse ved betalingspunkter, tydelige afstandsmærkninger, adfærdsregulerende indretninger ('nudging'), ruminddelinger, afstandstape mv. samt brug af passende værnemidler.
- Alle medarbejdere skal oplyses om og overholde Sundhedsstyrelsens anbefalinger om god hygiejne og hensigtsmæssig adfærd, herunder jævnlig og grundig håndvask.
- Arbejdsgiverne/foreningerne opfordres til inddragelse af medarbejder/frivillige i planlægning af de konkrete tiltag. Arbejdsgiverne skal som led i samarbejde om sikkerhed og sundhed på arbejdspladsen inddrage medarbejdere i planlægningen af konkrete tiltag med betydning herfor. Hvor der findes en arbejdsmiljøorganisation, skal det ske med inddragelse af denne.
- Det skal lokalt aftales, hvem der er ansvarlig for at sikre grundig rengøring af fælles kontaktpunkter og for at lave en plan for rengøring og desinfektion (hyppighed efter en konkret vurdering) af kontaktpunkter, herunder med særligt fokus på håndtag, gelændere, lyskontakter, bordoverflader, vandhaner, computere, tablets og redskaber, som hyppigt berøres af mange.
- Eventuelle køkkener, frokoststuer eller kantiner for personale/frivillige og brugere bør indrettes hensigtsmæssigt, herunder sikring af tilstrækkelig afstand mellem borde i spiseafdeling og afstandsmarkering ved betalingsstationer. Indretningen skal tage højde for, at der ikke opstår kødannelse.
- Der bør være let adgang for alle til håndvask med vand og flydende sæbe, samt engangshåndklæder. Der bør sikres rengøring af den enkelte arbejdsstation, når en medarbejder/frivillig forlader arbejdsstationen, og en anden medarbejder/frivillig skal overtage denne.
- Det anbefales at personale, kunder, brugere, deltagere, elever, undervisere mv. ikke anvender mundbind i situationer, hvor det kan være forbundet med sundhedsmæssig risiko, f. eks. i forbindelse med ophold i svømmebassiner og ved badning.

### Håndtering af sygdom og symptomer

- Ansatte, frivillige, medlemmer, brugere mv. bør ikke møde på arbejde eller til aktiviteten, hvis de har symptomer, der kan tyde på covid-19. Der bør ske rengøring af arbejdsstation hos en syg medarbejder, frivillig mv. umiddelbart efter identifikation af sygdom. Ansatte, frivillige, medlemmer, brugere mv. bør efter et sygdomsforløb først møde på arbejde/til aktiviteten 48 timer efter symptomer er ophørt. Der henvises i den forbindelse til Sundhedsstyrelsens generelle retningslinjer på området.
- Ansatte, frivillige, medlemmer, undervisere, elever, brugere mv. hvis nære kontakter er konstateret smittede med COVID-19, skal følge Sundhedsstyrelsens vejledninger for ”nære kontakter”.
- Der skal i eller ved lokalerne opsættes informationsmateriale fra Sundhedsstyrelsen om, at personer, der har symptomer på covid-19, bør isolere sig i hjemmet, og om god hygiejne og hensigtsmæssig adfærd i det offentlige rum.

### **Særlige retningslinjer**

- Herunder følger særlige retningslinjer i forbindelse afholdelse af aktiviteter og arrangementer:

<b>Arrangementer, aktiviteter og begivenheder for børn og unge til og med 21 år</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Der må være op til 50 udøvere og deltagere i idræts- og foreningsaktiviteter uden overnatning for børn og unge op til og med 21 år, herunder ansvarlige personer over 21 år, hvis disses tilstedeværelse er nødvendig for en forsvarlig afholdelse af aktiviteterne. Undtagelsen for børn og unge op til og med 21 år dækker til og med 21 år. Det vil sige, at man ikke er dækket under undtagelsen, når man fylder 22 år.</li></ul>
<b>Udendørs idræts- og foreningsliv</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Den pågældende idrætsforening/-facilitet eller anden forening kan foretage en inddeling af banearealer eller andre udendørs arealer i felter og beslutter i den forbindelse selv, hvordan inddelingen konkret skal foretages (fx med snore, kegler, optegning mv.).</li><li>• Aktiviteten bør have fokus på styring af deltagerantal herunder på opdeling i undergrupper, der sikrer overholdelsen af gældende restriktioner for forsamlinger, samt i relevant omfang overvåge dette løbende. Der bør være personale/frivillige, der har til opgave at forebygge opbygning af tætte forsamlinger.</li><li>• Brugerne opfordres til at medbringe eget udstyr, hvis dette skal anvendes til træning/aktiviteten mv. I det omfang der bruges fælles bolde eller andet udstyr bør de rengøres undervejs eller efter brug, ligesom brugerne bør have ekstra fokus på håndhygiejnen. I tilfælde hvor redskaber ikke meningsfuldt kan afsprittes løbende under aktiviteten afsprittes hænder (det kropslige kontaktpunkt) løbende.</li><li>• Overnatning i telte/shelters bør ske efter Sundhedsstyrelsens generelle anbefalinger om afstand og hygiejne. Foreninger kan lave konkrete retningslinjer for det. Vær dog opmærksom på eventuelle anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen i forhold til afholdelse af sociale arrangementer samt arrangementer med overnatning.</li></ul>

<p><b>Tidsforskudte, sektionsopdelte eller geografisk spredte arrangementer</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Det er muligt at arrangere et stævne mv. tidsforskudt med mere end 10 deltagere, så længe der på intet tidspunkt er mere end 10 personer til stede på samme sted samtidig. Fx kan fodboldstævner eller ridestævner mv. afvikles, så der om formiddagen deltager op til 10 personer, som herefter tager hjem, hvorefter andre 10 personer deltager i stævnet om eftermiddagen.</li> <li>• Der er ikke noget til hinder for, at der er gengangere mellem personerne i de forskellige tidsforskudte dele af et stævne. Det er imidlertid en forudsætning, at der ikke på noget tidspunkt er flere end 10 personer til stede på samme sted samtidig. Eventuelle gengangere tæller med i det samlede antal personer i alle de tidsforskudte dele af stævnet, som de deltager i.</li> <li>• Det er muligt at afholde en idrætsaktivitet sektionsopdelt i flere grupper á maksimalt 10 personer i hver gruppe inklusiv holdleder, træner eller instruktør. Det forudsætter dog, at hver gruppe udgør et selvstændigt arrangement, og at det sikres, at grupperne holdes effektivt adskilt fra hinanden. Adskillelse kan f.eks. ske ved, at grupperne placeres i hvert deres afmærkede felt eller lignende. Det betyder, at en træner m.v. således ikke kan lede flere af grupperne samtidig, da aktiviteten i så fald vil blive betragtet som ét samlet arrangement på samme sted samtidig.</li> <li>• Derudover er det muligt at afholde et stævne mv. med flere end 10 deltagere, hvis arrangementet afholdes med en betydelig geografisk spredning mellem deltagerne, der i praksis betyder, at deltagerne ikke befinder sig på samme sted samtidig. Det vil f.eks. kunne omfatte kapsejladser og lignende større arrangementer på havet, hvor deltagerne sejler i mindre grupper med i almindelighed betydelig afstand mellem bådene. Det vil endvidere som udgangspunkt omfatte golfturneringer, orienteringsløb og lignende arrangementer med stor geografisk spredning mellem de enkelte deltagere eller mellem de enkelte mindre grupper af deltagere. Der må under alle omstændigheder maksimalt deltage 500 personer samtidig i det samlede arrangement.</li> <li>• Den geografiske spredning mellem deltagerne skal opretholdes gennem hele arrangementet. Det vil således ikke være lovligt at afholde arrangementer mv. med flere end 10 deltagere, hvis flere end 10 personer samles før eller efter arrangementet til f.eks. fælles afgang eller pokaloverrækkelse, medmindre deltagerne i al væsentlighed sidder ned på faste pladser med retning mod en scene, biograflærred, bane eller lignende.</li> <li>• I praksis skal aktiviteterne gennemføres i henhold til sundhedsmyndighedernes anbefalinger og reglerne om forbud mod større forsamlings og mod adgang til og restriktioner for lokaler og lokaliteter i forbindelse med håndtering af covid-19 samt forbud mod store forsamlings i forbindelse med håndteringen af covid-19.</li> </ul>
<p><b>Professionel idræt</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der er en undtagelse til forsamlingsforbuddet for udøvere af professionel idræt og de faciliteter, udøverne benytter før, under og efter afviklingen af idrætsgrenen. Udøverne omfatter atleter, som repræsenterer Danmark på højeste nationale eller højt internationalt seniorniveau inden for en DIF-ankendt idrætsgren, er udtaget til danske seniorlandshold inden for en DIF-ankendt idrætsgren, er indplaceret i en af Team Danmarks atletkategorier eller på anden vis er omfattet af Team Danmarks ordninger eller figurerer i en OL/PL-bruttogruppe. Ved højeste nationale niveau forstås den bedste række eller det øverste konkurrenceniveau i Danmark inden for den pågældende idrætsgren. Ved højt internationalt niveau forstås deltagelse ved World Cup, EM, VM eller OL. Bekendtgørelsen gælder heller ikke for trav- og galopløb på de ni væddeløbsbaner udøvet af kuske og ryttere med professionel licens, den næstøverste række inden for fodbold herrer samt øvrige professionelle idrætter, hvor hovedparten af udøverne lever af indtægter fra deres idræt.</li> </ul>

<b>Arrangement- ter/konkurrencer med siddende publikum/delta- gere</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der kan maksimalt tillades op til 500 siddende publikum/deltagere til det enkelte arrangement/-konkurrence – både indendørs og udendørs såfremt disse besøgende eller deltagere i al væsentlighed sidder ned på faste pladser med retning mod en scene, biograflærred, bane eller lignende. Der gælder dog en absolut grænse på 500 personer for det samlede arrangement dvs. inklusiv deltagere/spillere/udøvere/personale mv.</li> <li>• For arrangementer med siddende publikum i øvrigt henvises til retningslinjer for kulturproduktioner og kulturarrangementer med siddende publikum.</li> </ul>
--	--

### **Yderligere information**

Sundhedsstyrelsen vil løbende vejlede og kommunikere om den faktiske udmøntning af ovenstående retningslinjer.

Som virksomhed kan man kontakte hotlinen for virksomheder på 7220 0034, der kan hen-  
vise til rette myndighed. Se også virksomhedsguiden.dk.

Find Arbejdstilsynets informationsmateriale på <https://at.dk/corona/>.

Find Sundhedsstyrelsens anbefalinger på <http://www.sst.dk/da/corona>.

Kontakt Arbejdstilsynet for yderligere vejledning om en generel forsvarlig indretning af ar-  
bejdspladsen på: 7012 1288.

Kontakt den myndighedsfælles hotline på 7020 0233 angående generel information om,  
hvordan man skal forholde sig til covid-19.