

Informasjon til lagledere og trenere for sesongen 2020.

For å sikre at koronavettreglene til fotballforbundet overholdes så sender vi ut noen presiseringer og konkrete pålegg slik at det skal være enklere å overholde reglene.

Koronavettreglene finner du her:

<https://www.fotball.no/tema/nff-nyheter/2020/fotballens-koronavettregler--retningslinjer-for-fotballaktivitet-under-restriksjonene-mot-spredning-av-koronasmitte/>

I tillegg ønsker vi å tydeliggjøre at alle som skal delta på treninger skal være friske og at spillere som av en eller annen grunn tilhører en risikogruppe må vurdere om det er lurt å delta. Alle treninger med klubben er frivillig.

Lagledere og trenere er ansvarlige for at koronavettreglene følges!

Sportslig utvalg vil forsøke å stille med en representant i den første perioden som kan besvare spørsmål om hvordan man skal forholde seg til koronavettreglene.

Tips til øvelser som gjør at man kan overholde koronavettreglene:

<https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/2020/her-er-klubbenes-favorittøvelser/>

Merk at det er egne koronavettregler for keepertrening:

<https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/2020/koronavettregler-for-keepertrening/>

Slik som det står i koronavettreglene skal det være avstand på 2 meter mellom hver spiller slik at treningene må innebære øvelser hvor dette overholdes. Dermed vil vi ikke kunne spille mot hverandre og ha øvelser med nærkontakt mellom spillere.

Før første trening er det hensiktsmessig å sende ut litt informasjon til foresatte slik at de kan gå gjennom koronavettreglene med sine barn før de kommer på trening.

Styret og sportslig utvalg vil dele informasjon på klubbens egne hjemmesider og på fotballgruppens Facebook side, og i tillegg anbefales det at lagleder deler informasjon med foreldrene på sitt lag.

Før trening

Det blir nok viktigere enn noen gang tidligere å planlegge økta slik at man sikrer at alle holder 2-meters avstand til hverandre, og ikke bruker hendene.

Alle spillere og voksne som skal delta på treningen skal bruke gangveien fra parkeringsplassen og følge denne bort til tildelt område (A1/A2/B1/B2/C1/C2).

Spillere og trenere skal ikke gå til sin bane før treningen starter.

Alle må holde 2-meters avstand både på parkeringsplassen og på gangveien bort til

IL HOLEVÆRINGEN

Fotball



- Idretts glede for alle -

banen.

Spillerne skal komme ferdig skiftet til Svendsrudmoen, og har kun med drikkeflaske som er tydelig merket med navn.

Det er ingen toalettfasiliteter åpne på Svendsrudmoen i denne perioden.

Under trening

Vannflasker settes på asfalten rundt banen.

For område A1 og A2 skal siden mot hovedmatta benyttes til utstyr og drikkeflasker.

For område B1/B2 og C1/C2 skal siden mot skogen benyttes til utstyr og drikkeflasker.

Ingen samlinger med hele spillegruppen er mulig slik at informasjon må gis til spillere i den sonen de driver, og husk å holde avstand på 2 meter også mens man gir informasjon og viser øvelser til spillerne.

Avslutt økta 5-10 minutter før oppsatt tid slik at man rekker å samle baller.

HUSK trenere må samle baller i nettene og kjepler/hatter i sin sone.

Etter trening

Gå av banen i enden mot skogen og følg gjerdet langs skogen bort til løpebanen rundt hovedmatta. Følg løpebanen bort til klubbhuset og gå deretter til bilene.

Trenere/lagleder må vaske baller og hender før man setter seg i bilen og kjører hjem. Garderobe 4 vil holdes åpen til ballvasking og man kan bruke vannslange og såpe i dusjen til å vaske ballene. Ballene kan så henges til tork i garderoben eller de kan tas med hjem frem til neste trening.

Tilgang inn til garderobe 4 fås ved å bruke inngangsdøren nærmest hovedmatta og bruke kodelåsen på døra.

De som har trening på Møyfrid eller Røyse skole må gjennomføre vask av baller hjemme da det ikke er fasiliteter for dette på disse anleggene.



Postadresse: Postboks 6, 3530 Røyse

Besøksadresse: Trongmoen 45, 3530 Røyse

Bankkonto: 2280 08 25745 Org nr: 985 195 501

Web: www.holefotball.no Kontaktmail: football@ilh.no

