



Svenska Konståkningsförbundets riktlinjer kring tävlingsverksamhet med anledning av Covid-19

Följande riktlinjer gäller samtliga tävlingsformat och kan i lämpliga delar även tillämpas vid andra aktiviteter som träning, tester eller läger.

Möjligheten att arrangera tävlingar gäller med stora begränsningar. Om idrottsrörelsen tar sitt ansvar och minskar risken för smittspridning ökar chansen att idrotten kan återgå till normalare förhållanden efter årsskiftet.

Förbudet om max 50 deltagare gäller inte så länge det inte finns publik. Innehållet i detta tävlingsprotokoll utgår från att ingen publik har tillträde, vilket möjliggör fler än 50 idrottsdeltagare i tävlingen

Generella direktiv

1. Åkare, tränare, funktionärer, tekniska funktionärer och övriga uppmanas att följa RF och folkhälsomyndighetens allmänna råd avseende att minska smittspridningen.
2. Generella rekommendationer att följa:
 - Tvätta händerna ofta och noga med tvål och varmt vatten, eller använd handsprit om tvättmöjlighet saknas.
 - Hosta och nys i armvecket
 - Undvik att röra ansiktet med händerna
 - Använd social distansering om minst 1,5 m
 - Besök inte människor i riskgrupper
3. Upprätta tydligt ansvar för utökade städrutiner, påfyllnad av tvål/handsprit och pappershanddukar med kommun eller annan anläggningsförvaltare.

Medicinsk egenkontroll

1. Den som är sjuk, även med milda symtom, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande. Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt.

Symtom att kontrollera är till exempel kroppstemperatur över 37,5, halsont, hosta, huvudvärk, illamående, diarré, muskelvärk (ej träningsvärk eller tidigare skada) och om någon annan närstående i familjen uppvisat ovanstående symtom.
2. Den som får symtom under tävling ska omedelbart lämna allmänna ytor och isolera sig. Arrangören för tävlingen informeras omedelbart.
3. Ovanstående gäller åkare, tränare, funktionärer, tekniska funktionärer samt övriga i anläggningen närvarande personer



Genomgångar

1. Respektive deltagande förening ombesörjer en genomgång för sina deltagare kring smittspridning, vikten av hygien, information kring regler, förhållningssätt och rutiner kopplade till Coronapandemin.
2. Vid eventuella samlingar/möten ska deltagarna ha 1,5 m utrymme mellan varandra.

Egen förflyttning till och från tävling

1. Så långt det är praktiskt möjligt rekommenderas transport i egna bilar. Samåkning eller resa via kollektivtrafiken ska undvikas i möjligaste mån.

Omklädningsrum och övriga lokaler

1. Folkhälsomyndighetens affisch "Undvik att bli smittad och att smitta andra" ska sättas upp i vid inpassering till anläggningen och dess omklädningsrum. Affischen kan laddas ner här <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/u/undvik-att-bli-smittad-och-att-smitta-andra-affisch-a4/>
2. Säkerställ att endast behöriga personer har tillträde till anläggningen.
3. Se till att det finns tillräckligt med omklädningsrum för att undvika trängsel. Om möjligt dela in omklädningsrum enligt startordning så inte för många personer vistas i omklädningsrummet samtidigt.
4. Avsätt antingen fler eller större lokaler för tekniska funktionärer så det går att hålla 1,5 meter i avstånd. Gäller även för mötesbord.
5. Använd social distansering om minst 1,5 m.
6. Endast åkare i aktuell tävlingsklass ska vistas i omklädningsrummet. Var så kort tid som möjligt i omklädningsrummet före och efter du tävlat.
7. Om möjligt, genomför uppvärmningen utomhus. Använd social distansering om minst 1,5 m.
8. I eventuell uppvärmningsyta/lokal gäller att undvika trängsel samt hålla avstånd om minst 1,5 m.
9. Se över rutiner i lokaler där servering för ex. tekniska funktionärer och funktionärer tillhandahålls. Servera endast inplastade smörgåsar och kaffebröd mm. Lunch serveras i portionsförpackningar.
10. Säkerställ att tillgång till handsprit finns i lokalen.
11. Städning sker morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.



Toaletter

1. Användande av toaletterna i träningsanläggningen ska minimeras
2. Obligatoriskt att tvätta händerna med tvål och varmt vatten efter varje toalettbesök
3. Endast pappershanddukar eller annat engångsmaterial får användas
4. Tillse att handsprit finns på toaletter
5. Städning sker morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.

Uppvärmning på is

1. Åkarna går ut till uppvärmning med minst 1,5 m mellanrum alternativt går ut i olika omgångar alternativt genom olika ingångar varpå fler grindvakter behövs
2. Tränarna håller minst 1,5 m mellanrum vid sargen.
3. Varje åkare har sin personliga vattenflaska, INGA ”allmänna” flaskor
4. Åkarna lämnar isen efter uppvärmning med minst 1,5 m mellanrum.

Pågående tävlingsklass

1. Åkarna går på isen genom en sargdörr och lämnar isen genom en annan sargdörr.
2. Åkare som genomfört sitt program får vara kvar i ishallen och följa tävlingen så länge den egna tävlingsklassen pågår, förutsatt att det finns tillräckligt med läktarplats för att hålla minst 1,5 m mellanrum.
3. Direkt när en tävlingsklass är avslutad ska samtliga klassens deltagare inklusive tränare lämna ishallen.

Efter genomförd friåkning

1. Åkare som genomfört sitt program får vara kvar i ishallen och följa tävlingen från publika ytor så länge den egna tävlingsklassen pågår, förutsatt att det finns tillräckligt med läktarplats för att hålla minst 1,5 m mellanrum.
2. Direkt när en tävlingsklass är avslutad ska samtliga klassens deltagare inklusive tränare och eventuell lagledare lämna ishallen.
3. Ingen samlad prisutdelning/medaljceremoni genomförs.

Tekniska funktionärer vid is

1. Placera tekniska funktionärers stolar med 1,5 meters avstånd utmed sargen. Det gäller även tekniska panelen.
2. Arrangören ansvarar för att tillhandahålla två extra bildskärmar för att möjliggöra extra avstånd för den tekniska panelen. Stäm av med teknisk support för rätt anslutning till övrig utrustning.
3. De tekniska funktionärerna behåller samma headset under pågående tävling.



4. Ingång till podiet sker i lottad domarordning + placering för tekniska panelen.
5. Headset och datorer rengörs av teknisk support efter genomförd tävling.

Riskbedömning enligt riskbedömningsverktyget

Vi rekommenderar samtliga arrangörer att för sin verksamhet utnyttja Folkhälsomyndighetens riskbedömningsverktyg för att säkerställa verksamheten.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/e5185243fa404598a08d4b62f7616249/riskbedomning-evenemang-sammankomster.pdf>

Resor

Folkhälsomyndighetens råd vid resa i samband med idrottstävling och -evenemang:

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/maj/idrottstävlingar-och-matcher-tillats/>

Idrott och fysisk aktivitet är en viktig del av folkhälsan i Sverige. Från och med den 14 juni har Folkhälsomyndigheten beslutat att ändra i sina föreskrifter och allmänna råd. Det innebär bland annat att matcher, träningsmatcher, tävlingar och cuper tillåts.

Råden om att undvika närkontakt mellan idrottsutövare tas bort, och nödvändiga resor i samband med yrkesutövande av idrott på elitnivå tillåts. Däremot kan andra idrottstävlingar på lägre nivå, som innebär att tävlande och funktionärer behöver resa längre sträckor över landet, bara arrangeras ifall nuvarande reserestriktioner hävs.

I första hand ska man gå, cykla eller använda andra färdmedel än kollektivtrafik. Den som behöver resa kollektivt bör välja alternativ där det går att boka en sittplats. Resor med färdmedel där det inte går att boka plats, exempelvis spårvagnar, tunnelbanor och stadsbussar, bör undvikas.

Svenska Konståkningsförbundet har utifrån dessa riktlinjer beslutat att tävlingstillfällen för ungdomar ska erbjudas utifrån en geografisk närhetsprincip fram till 31 december 2020 eller så länge restriktionerna gäller.

Fler personer än nödvändigt (åkare och av föreningen uttagen tränare) ska inte resa till tävlingsplatsen.

- Svenska konståkningsförbundet följer utvecklingen noga och uppdaterar löpande på vår webbsida¹ om Covid-19 och hur vår verksamhet påverkas. Där återfinns också länkar till officiella myndighetskällor och rådande restriktioner.

¹ Länk till sidan <https://www.svenskkonstakning.se/InformationomcoronavirusCovid-19/>