



Oslo, 6. november
2020

Retningslinjer for gjennomføring av tennis- og padeltrening innendørs - nasjonalt

Nye nasjonale smittevernregler ble kunngjort torsdag 5. november og trer i kraft natt til mandag 9. november.

Idretten er i en særposisjon og kan fortsette å tilby gode opplevelser for alle som ønsker å trene.

Samtidig så må alle vise samfunnsansvar og sørge for at gode og målrettede smittevernstiltak igangsettes og opprettholdes.

- NTF ber alle padel- og tennisklubber være oppmerksom på at det er ulikt smittetrykk i kommunene. Vi ber derfor alle klubber sjekke med sin tilhørende kommune for lokale retningslinjer. Er disse strengere enn de nasjonale skal de lokale følges.
- Det er mulig for grupper opptil 20 personer å oppholde seg på samme treningsareal samtidig. Det er da en forutsetning at 1 meters avstand (skulder til skulder) kan opprettholdes og at deltakerne/trenerne både enkeltvis og samlet kan overholde de generelle smittevern rådene.
- Aktiviteten bør organiseres slik at gruppene kommer og går til ulike tider for å forhindre trengsel.
- Der det er mulig bør man inndele deltakerne i faste grupper for å begrense kontaktpunkter.
- Foreldre eller tilskuere skal ikke være tilstede på treninger. Foreldre som leverer og henter barn/ungdom, bes om å ikke oppholde seg på anleggene. Fellesareal, vrimlerom skal i hovedsak ikke benyttes.



- Ved opphold/avholdelse av trening på anlegg ber vi om at alle følger NIFs anvisninger for registrering av oppmøte slik at arbeidet med en eventuell smittesporing lettes - det gjøres enkelt med bruk av QR-kode på mobil.
<https://www.idrettsforbundet.no/nyheter/2020/gratis-digital-besoksregistrering/>
- Vi oppfordrer alle besøkende om å bruke munnbind på innendørsanlegg hvis det ikke er mulig å opprettholde minst 1 meter avstand (skulder til skulder). Dette gjelder ikke under selve aktiviteten.
- Vi oppfordrer alle medlemmer til å forholde seg til spill innad i samme kommune, helst innen samme klubb. Dette vil redusere potensiell smitte over kommunegrensene og mellom klubber.
- Klubber med ansatte bes tilrettelegge for gode smittevernstiltak ettersom en trener/ansatt er mer utsatt pga. antall kontaktpunkt.
- Vi oppfordrer deltakere/spillere om å ikke benytte kollektivtransport for å redusere antall kontaktpunkt.
- Generelt anbefales å sikre god ventilasjon i lukkede omgivelser og tette rom. I tette rom uten ventilasjonssystem, anbefales det å lufte regelmessig.
- NTF gjør oppmerksom på at lokale og nasjonale regler kan avvike. Det er alltid den strengeste fortolkningen av de som gjelder.
- Klubber og foreldre bes om å informere sine barn om reglene!

Retningslinjene over vil oppdateres dersom myndighetene endrer smittevernstiltakene!