

## FODBOLDENS CORONA-REGLER, GENÅBNING EFTER CORONA-KRISE, 2020

### INDHOLD

Intro .....	1
Guidelines til klubbens bestyrelse .....	2
Ved sygdom .....	3
Generelle retningslinjer .....	4
Guidelines for afvikling af træning .....	5
Guidelines for afvikling af kampe og stævner .....	7
<i>Særlige retningslinjer for publikum til kampe, stævner og turneringer.....</i>	<i>7</i>
Særlige retningslinjer omkring indendørs fodbold.....	8
Særlige retningslinjer skoler, lejre og camps.....	10
Grafik: Regler for inddeling af baner .....	11
Grafik: Fodboldens corona-regler .....	12

### Intro

Dette notat og protokol giver overblik over DBU's holdning og tilgang – samt konkrete retningslinjer til brug i særligt breddeklubberne.

DBU følger myndighedernes anbefalinger i forbindelse med åbningen for at spille fodbold igen, så vi fortsat mindsker risikoen for smitte-spredning. Vi har stort fokus på at åbne fodbolden ansvarligt, og derfor skal retningslinjerne nedenfor følges.

Fodboldens opdaterede Corona-regler tager udgangspunkt i myndighedernes generelle anbefalinger samt i de offentliggjorte retningslinjer fra Danmarks Idrætsforbund. Denne protokol opdateres løbende i nye versioner, når der kommer nye retningslinjer fra relevante myndigheder.

OBS: Fodboldens Corona-regler tager udgangspunkt i myndighedernes landsdækkende retningslinjer. Hvis der er udstukket særlige lokale/regionale/kommunale retningslinjer, er det selvfølgelig disse, der skal følges.



## Guidelines til klubbens bestyrelse

For at klubbens trænere, spillere og forældre kan føle sig trygge, skal følgende gælde:

- ✓ Klubben holder sig opdateret på relevante anbefalinger fra myndighederne og Fodboldens Corona-regler og sikrer, at klubbens aktiviteter lever op til disse.
- ✓ Klubben skal sikre tydelig skiltning med Fodboldens Corona-regler på anlægget (find opdateret grafik på sidste side i denne protokol).
- ✓ Fodboldaktiviteter igangsættes kun, hvis klubbens bestyrelse er tryk ved, at aktiviteterne udøves med afsæt i Fodboldens Corona-regler.
- ✓ Bestyrelsen skal beslutte, at aktiviteten kan opstartes og skal løbende følge og evaluere organiseringen og eksekveringen samt monitorere, hvem der deltager i træning og kamp, da dette skal bruges til eventuel smitteopsporing.
- ✓ Klubhuse kan holdes åbent. Hvis klubhuslokalet også bliver brugt som café, cafeteria eller lignende, skal retningslinjer for caféer og restauranter her følges. Det betyder følgende:
  - Der er indført krav om mundbind i lokaler, hvor der sælges mad og drikke, dog ikke når man sidder ned. Kravet gælder både gæster og ansatte/frivillige. Vi anbefaler tydelig skiltning, så man ved, at man er i sådan et område. Der vil gælde samme undtagelser for brug af mundbind som i kollektiv transport (børn m.fl.).
  - Der indføres krav til skiltning i klubhuset, der angiver, hvor mange personer der maksimalt kan være derinde. Der skal være minimum 2 kvadratmeter per person, når folk i det væsentlige sidder ned.
  - Derudover skal der være skærpet fokus på overholdelse af kravet om 1 meters afstand (næse-til-næse).
  - Klubhuset skal lukke senest kl. 22.00.
  - Det anbefales desuden, at caféområdet er tydeligt afmærket og adskilt fra fodboldanlægget, hvis caféområdet har et udendørs areal.
- ✓ Der skal sikres grundig rengøring af fælles kontaktpunkter og laves en plan for rengøring og desinfektion af kontaktpunkter såsom udendørs håndtag, vandhaner osv. Kontakt eventuelt kommunen herom.
- ✓ Klubbens bade- og omklædningsfaciliteter kan bruges, hvis retningslinjerne for rengøring følges. Der skal gøres rent minimum en gang dagligt, og der skal være minimum 4 kvadratmeter gulvareal per person i omklædningsrummet.

Klubben anbefales at:

- ✓ Der er en Corona-vejleder på anlægget, der kan sikre overholdelse af Fodboldens Corona-regler.

- ✓ Etablere et trænerforum, hvor koordinering sikres mellem bestyrelsen og trænere/frivillige.
- ✓ Lave forskudte træningstidspunkter, således at større forsamlinger og unødige interaktion ved skifte undgås.

## Ved sygdom

- ✓ Personer med symptomer på COVID-19 bør ikke møde til kamp eller træning. Personer må først møde til træning eller kamp igen 48 timer efter symptomerne er ophørt.
- ✓ Personer, som kan defineres som 'nær kontakt' til en smittet person, skal følge Sundhedsstyrelsens anbefalinger for "nære kontakter". [De kan findes her](#).
- ✓ Ifølge Sundhedsstyrelsen er man 'nær kontakt' hvis:
  - Man bor sammen med en person, som er smittet.
  - Man har haft direkte fysisk kontakt (fx kram) med en smittet person.
  - Man har haft ubeskyttet og direkte kontakt til smittefarlige sekreter fra en smittet person (fx et brugt lommetørklæde).
  - Man har haft tæt ansigt-til-ansigt kontakt inden for 1 meter i mere end 15 minutter med en smittet person (fx ved en samtale med personen).
  - Man er sundhedspersonale eller andre, som har deltaget i pleje/behandling af en smittet person og ikke har benyttet de anbefalede værnemidler.
- ✓ Hvis man er 'nær kontakt' til en smittet person, kan man ikke vide, om man er smittet, og derfor skal man opføre sig som om, man er smittet, indtil man har fået et negativt testresultat.

Hvis et medlem i klubben konstateres smittet og vedkommende har deltaget i aktiviteter, anbefales klubben at gøre følgende:

- ✓ Skab overblik over situationen:
  - I skal vide, hvornår symptomerne hos medlemmet er opstået.
  - I skal finde ud af, om det givne medlem er den eneste fra klubben med symptomer, eller om flere medlemmer har oplevet/oplever det samme.
  - I skal finde ud af, om smitten kan være sket i forbindelse med en aktivitet i klubben (træning, kamp eller socialt arrangement)
- ✓ Kommuniker åbent og hurtigt:
  - Vælg gerne en person, der er ansvarlig i sagen (fx formanden eller en fra bestyrelsen). Det skal være en, som alle i klubben kan kontakte, hvis de har spørgsmål, og som kan stå for den nødvendige information til alle relevante personer.
- ✓ Hvor mange, der skal i karantæne, når en person bliver testet positiv for COVID-19 afhænger af, om der er tale om nære kontakter eller ej (se definition ovenfor)

Opdateret den 6. oktober 2020 (version 12)

- ✓ Skriv ud til alle medlemmer, at der er et smittet medlem i klubben. Hvis medlemmet for eksempel har deltaget i aktiviteter i klubben, kort før symptomerne er opstået, bør det også stå i beskeden.
- ✓ Nævn ikke medlemmet der er smittet ved navn (dette af hensyn til overholdelse af GDPR (Persondataforordningen)).
- ✓ Opfordr alle medlemmer til holde øje med eventuelle symptomer.
- ✓ Ud fra et forsigtighedsprincip kan det også overvejes, om aktiviteter for holdet med potentielt flere smittede skal indstilles, indtil der er kommet klarhed over situationen.
- ✓ Hvis det smittede medlem har deltaget i et stævne eller en kamp, skal I sørge for at modstanderholdet og dommeren/dommerne bliver informerede om, at én eller flere i kampen er smittede.
- ✓ Hold løbende kontakt med det smittede medlem og sørg for, at vedkommende får den støtte fra klubben han eller hun har brug for igennem forløbet.

### Generelle retningslinjer

- ✓ Sundhedsmyndighedernes anbefalinger skal altid følges.
- ✓ Spillere og frivillige i en risikogruppe skal være ekstra opmærksomme ift. deltagelse i aktiviteter i fodboldklubben.
- ✓ Kun træneren har adgang til boldrum og skal alene tage bolde og kegler ud til træning og kamp.
- ✓ Træneren vasker alle rekvisitter af med vand og sæbe efter brug.
- ✓ Bruges der overtræksveste, skal disse vaskes efter brug.
- ✓ Drikkedunke må ikke deles med andre.
- ✓ Der bør ikke være fælles håndklæder.
- ✓ Alle vasker hænder/spritter hænder af, inden træning/kamp starter. Det anbefales, at der i klubben er mulighed for at spritte hænder af.
- ✓ Alle forlader fodboldanlægget efter træningen/kampen er slut.

## Guidelines for afvikling af træning

### *Før træning*

- ✓ Hvis børn afleveres af deres forældre til træning, anbefaler vi, at forældrene kører hjem og kommer og henter barnet igen.
- ✓ Der vælges et sæt bolde og kegler, som kun bruges af det enkelte hold under træningen.

### *Under træning*

- ✓ Der skal altid være én træner eller voksen til stede pr. gruppe.
- ✓ Vær altid opmærksom på at overholde det gældende forsamlingsforbud under træningen. Ifølge kulturministeriets retningslinjer skal hver person have minimum 4 m<sup>2</sup> under træning (vær opmærksom på dette ved træning på fx 3-mandsbaner).
- ✓ Det anbefales, at hovedstød begrænses mest muligt under træning.
- ✓ Det anbefales, at boldkontakt med hænderne begrænses mest muligt under træning med undtagelse af målmanden, der skal bruge EGNE handsker, som skal være vasket af før træning.
- ✓ Det anbefales, at træningen tilrettelægges, så man kun har sporadisk kropskontakt.
- ✓ Grundet forsamlingsforbuddet må der ikke skiftes ud mellem grupper under træning, og grupper skal holdes separate, da der ellers er risiko for at samles mere end 50 personer.
- ✓ Vi anbefaler, at der ikke er tilskuere til træning. Denne anbefaling skyldes, at det bedst kan lade sig gøre for klubben at styre flere forsamlingshold på anlægget samtidigt, hvis der ikke også er tilskuere til træning. Hvis der er tilskuere til træning, er det vigtigt, at det er meget tydeligt, hvilken "gruppe"/træningshold disse tilskuere hører til. De skal opholde sig i et afgrænset tilskuerareal, som ikke er for tæt (mindre end to meter) på en anden træningsbane, hvor en anden gruppe træner. Tilskuerne til en træning tæller med i gruppen sammen med holdet, der træner, og dette holds trænere, og samlet set må den enkelte forsamling ikke overstige 50 personer (jf. det nationale forsamlingsforbud pr. 19. september 2020). Det er bestyrelsen i klubben, der skal tage stilling til, om der må være tilskuere ved træninger i klubben.

### *Træningsprogrammer*

- ✓ DBU og DBU Bredde udsender træningsprogrammer til trænere og klubber, som er tilpasset de nuværende retningslinjer fra sundhedsmyndighederne.

*Retningslinjer til antal træningsgrupper og spillere pr. bane:*

Alle træningssessioner skal iagttage forsamlingsforbuddet. Der må ikke være flere end [pr. 19. september] 50 personer forsamlet i forbindelse med træningsaktiviteten. Hvis man udnytter større arealer, hvor flere end 50 kan træne i forskellige grupper på det samlede areal samtidigt, må grupperne ikke samles, ej heller selv om de kan opretholde mere end 2 meters afstand.

Vi anbefaler, at fodboldanlægget indrettes i zoner. Dette gøres lokalt i foreningen eventuelt i samarbejde med kommunen. Der skal være minimum 4 kvadratmeter pr. person. Der må maksimalt være 50 personer i en zone inklusive træner/leder og eventuelle tilskuere til træningen.

Banemål:

- 11-mands bane = 105x68
- 8-mands bane = 68x52,5
- 5-mands bane = 40x30
- 3-mands bane = 21x13

Banerne skal være tydeligt afmærket, og der skal være klar afstand (minimum 2 meter) mellem hver bane – dette gælder hele vejen rundt. Det er vigtigt, at der er tilstrækkelig stor afstand mellem banerne til, at grupper på forskellige baner ikke kommer i nærheden af hinanden, så der ikke er risiko for at bryde reglerne om forsamlingsforbuddet. Det er den enkelte forening, der selv sørger for at vurdere og har ansvaret for at etablere tilstrækkelig afstand. Vær i øvrigt særligt opmærksom på afstande mellem træningsgrupper, hvis I tillader tilskuere under træning.

Det er tilladt at opdele en 11 mandsbane i fire 5-mandsbaner. Dette gælder også kunstgræsbaner.

Til afmærkning kan anvendes kegler, toppe, snor, kridt eller anden tydelig markering, som klart afgrænser banen/zonen.

Hvis der opholder sig personer i "buffer-zonerne" rundt om de afmærkede baner, kan anlægget risikere at blive opfattet som ét stort område med for mange mennesker forsamlet, så sørg for en meget tydelig afmærkning og en klar henvisning til, hvor tilskuere kan befinde sig, hvis de tillades ved træninger.

## Guidelines for afvikling af kampe og stævner

- ✓ Der skal laves to særlige afmærkninger i tilknytning til kampbanen, der tydeligt viser, hvor trænere og udskiftere skal opholde sig (Læs udskiftningsområder til trænere og udskiftere - se grafik nedenfor)
- ✓ Opvarmning for udskiftere kan foregå i de opmærkede udskiftningsområder eller i umiddelbar tilknytning dertil. Evt. på en tom opmærket bane. Man må ikke kunne opfattes som en del af en anden gruppe.
- ✓ Der må ikke indtræde nye hold på det afmærkede område, før alle har forladt området.
- ✓ Der må gerne afvikles to stævner på samme fodboldanlæg, men det skal være separate stævner, og de skal være tydeligt adskilt fra hinanden. Ved afvikling af stævner gælder samme regler som ved afvikling af enkeltkampe. Dog må det samlede deltagerantal i en stævnegruppe ikke overstige 50 personer (eksempelvis 5 hold ved et 5-mandsstævne med 7 spillere og to trænere = 45 personer (så er der også plads til dommere og lidt frivillige))  
Et fodboldstævne kan afvikles i flere stævnegrupper, så længe stævnegrupperne behandles som separate stævner. Det betyder, at der fx kan afvikles kampe for en stævnegruppe (på max 50 personer) fra kl. 10-12.30, herefter kan der afvikles kampe for en anden stævnegruppe (på max 50 personer) fra kl. 13.00-15.30. Endelig kan der så afvikles kampe i en tredje stævnegruppe, hvor der gerne må være gengangerhold fra de to stævnegrupper, der er afviklet tidligere på dagen. Hvis man har deltaget i en stævnegruppe tidligere på dagen, skal man dog have forladt området, inden man kan deltage i en ny stævnegruppe senere på dagen.  
Det vigtige er, at der aldrig er flere end forsamlingsforbuddet til stede på samme sted samtidig.
- ✓ De hold, der ikke spiller, skal opholde sig i umiddelbar nærhed af de andre hold til stævnet. De må ikke mikses med andet stævne på samme fodboldanlæg. Dommere, frivillige og andre officials må dog gerne være gennemgående og deltage i flere stævner med forskellige grupper.
- ✓ Hilsepligten før og efter kampen er afskaffet under Covid-19.
- ✓ Hvis ikke der er plads på kampbanen, skal der anvises særligt opvarmningsområde til dommeren/dommerne.

### *Særlige retningslinjer for publikum til kampe, stævner og turneringer*

- ✓ Ved kampe og stævner er der en dispensation fra forsamlingsforbuddet på 50 personer. Her må i alt 500 personer være forsamlet, hvis nedenstående regler følges nøje. Der må dog stadig maksimalt være 50 aktive deltagere (trænere, spillere og dommere).

- ✓ Hvis dispensationen fra forsamlingsforbuddet på 50 personer benyttes (dvs. hvis man er mellem 51 og 500 personer samlet til en kamp eller stævne, er det vigtigt, at publikum sidder ned på stole – fx på medbragte klapstole, hvis der ikke er faste siddepladser. Selv medbragte stole skal benyttes som helt faste pladser, der vender i samme retning (mod banen). Alle tilskuere skal have en fast plads under hele arrangementet. Tilskuere må kun forlade deres plads for at benytte toilettet eller for helt kortvarigt at hente forplejning i en bar, på et bord eller lignende. Indtagelse af forplejning skal foregå på tilskuernes faste plads. Tilskuere kan dog benytte cafeterier eller restauranter i idrætsfaciliteterne, hvis de er offentlig tilgængelige. Dette er en forudsætning fra myndighedernes side, hvis dispensationen skal benyttes.
- ✓ Hvis dispensationen fra forsamlingsforbuddet benyttes, er det vigtigt, at der stadig ikke er mere end maksimalt 50 aktive deltagere (inkl. trænere, dommere og ledere).
- ✓ Der må gerne være flere arrangementer (kampe eller stævner) på samme fodboldanlæg samtidigt, så længe der er en tydelig adskillelse af de to arrangementer. Det er klubbens ansvar at sikre, at dette overholdes.
- ✓ Publikumsarealet bør tydeligt afmærkes, og der bør opsættes konkrete vejledninger om at holde afstand i publikumsarealerne.
- ✓ Der bør sikres 1 meters afstand mellem publikum, og der må maks. være en tilskuer pr. 2 m<sup>2</sup> areal i publikumsarealet. Hvis der er faste siddepladser (fx en tribune), skal der være en stol imellem hver tilskuer.
- ✓ Den arrangerende klub af fodboldkampen/stævnet bør have fokus på styring af publikumsstrømme og overvåge dette løbende. Især er det vigtigt at undgå omfattende køer ved indgange og til specifikke lokaler.
- ✓ Der bør være særligt fokus på styring af kapaciteten på det enkelte fodboldanlæg, herunder indføre kapacitetsbegrænsning ift. et maksimalt antal samtidige publikummer, under hensyn til tilgængeligt publikumsareal, risikoen for sammenstimling osv.
- ✓ Der bør være ansatte eller frivillige til stede, der har til opgave at forebygge opbygning af tætte forsamlinger

### **Særlige retningslinjer omkring indendørs fodbold**

Ved indendørs fodboldaktiviteter gælder præcis de samme retningslinjer for træning og kamp som ovenfor beskrevet. Vær dog særligt opmærksom på følgende retningslinjer, når der skal spilles indendørs kampe og stævner:

- ✓ Der kan afvikles indendørs fodboldtræning, -stævner og -kampe, hvis forsamlingsforbuddet og de generelle sundhedsmæssige anbefalinger kan efterleves på forsvarlig vis.
- ✓ Indendørs fodbold kan afvikles i stævner, hvis deltagerantallet i den enkelte stævnegruppe ikke udgør flere personer end forsamlingsforbuddet tillader.



- Det betyder, at der maksimum må være 50 personer i en stævnegruppe inklusive spillere, trænere, dommere og officials (tidtager og speaker = officials og skal tælle med i de 50).
  - Et fodboldstævne kan afvikles i flere stævnegrupper, så længe stævnegrupperne behandles som separate stævner. Det betyder, at der fx kan afvikles kampe for en stævnegruppe (på max 50 personer) fra kl. 10-12.30, herefter kan der afvikles kampe for en anden stævnegruppe (på max 50 personer) fra kl. 13.00-15.30. Endelig kan der så afvikles kampe i en tredje stævnegruppe, hvor der gerne må være gengangerhold fra de to stævnegrupper, der er afviklet tidligere på dagen.
  - Det vigtige er, at der aldrig er flere end forsamlingsforbuddet til stede på samme sted samtidig.
  - Efter hver stævnegruppe har spillet færdig, skal hallen tømmes helt for mennesker og rengøres, før den er klar til, at der kan indtræde en ny stævnegruppe.
  - Man kan dog godt være samlet flere stævnegrupper pr. idrætsfacilitet samtidigt, men disse må ikke blandes/krydses, og der skal derfor være meget stramme afmærkninger og tydelig adskillelse, så deltagere fra den ene gruppe ikke blandes med den anden.
- ✓ Hvis dispensationen fra det generelle forsamlingsforbud på 50 personer benyttes, og man er mellem 51 og 500 personer samlet, skal publikummer sidde ned på stole, som er faste pladser. Hvis tilskuere sidder på bænke, skal der være minimum en meter til sidemanden på begge sider. Hvis 500 personer er forsamlet, gælder det stadig, at maksimalt 50 af dem må være aktive i begivenheden (spillere, dommere, trænere og officials).
  - ✓ Spillere, der ikke spiller, er at betragte som tilskuere og skal derfor i alt sin væsentlighed sidde ned.
  - ✓ Antallet af personer, der kan forsamles, er, især indendørs, meget afhængigt af den enkelte facilitet, da rigtig mange haller ikke vil være store nok til, at der kan være op til 500 personer forsamlet forsvarligt. Derfor er afstanden til andre mennesker altafgørende. Hallens retningslinjer for antal tilladte personer skal altid følges.

#### *Afspritning af materialer:*

- ✓ Det anbefales, at det øverste af banderne (hvor man typisk har ved med hænderne) samt målrammerne (stolper og overligger) afsprittes en gang pr. time dog senest efter hver endt stævne/pulje eller efter hvert træningshold. Derfor er det vigtigt, at der ikke kommer nye hold ind i hallen, før alle andre hold har forladt den, og der er afsprittet. Det betyder, at der skal lægges tid mellem træningsholdene/stævnerne/puljerne, så det muliggør en afspritning/rengøring.

#### Futsal:

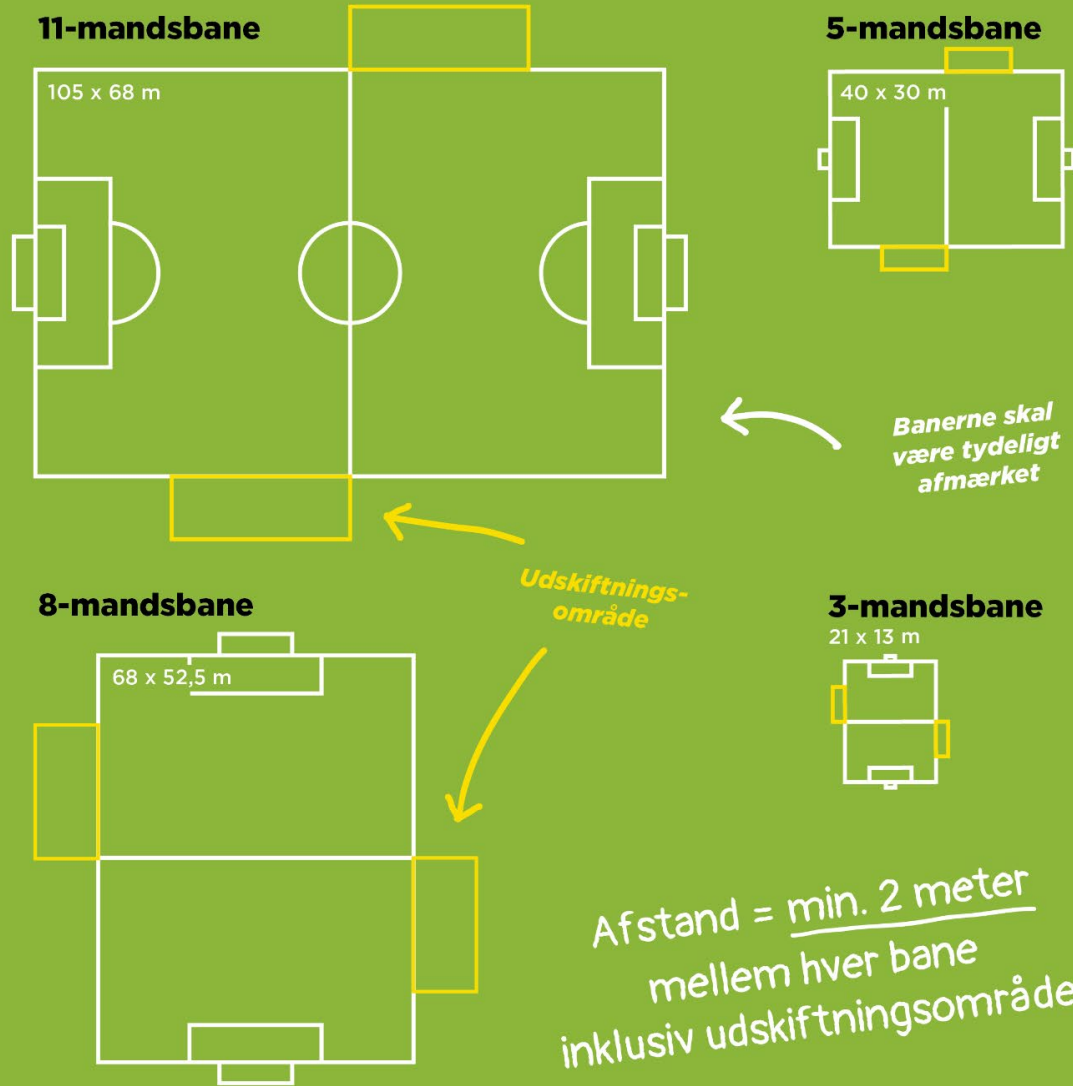
Når der spilles futsal gælder ovenstående regler om indendørs fodbold samt nedenstående punkter:

- ✓ Ved futsal kampe skal målrammerne afsprittes efter hver kamp.
- ✓ Ved futsal stævner bør målrammerne afsprittes 1 gang pr. time hvis der er tale om puljespil med de samme hold i puljen, der spiller flere gange.

## Særlige retningslinjer skoler, lejre og camps

- ✓ Fritidsaktiviteter som fodboldskoler, lejre og camps for børn og unge op til 25 år med eller uden deres familier må gerne afvikles med op til 500 personer i alt inkl. ledere og trænere.
- ✓ Forsamlingsforbuddet bør så vidt muligt overholdes i den konkrete afvikling og tilrettelæggelsen af de konkrete idrætsaktiviteter indrettes i henhold til gældende retningslinjer for den indendørs og udendørs idræt. Herunder inddeling af deltagerne i faste grupper af maks. det antal personer, som forsamlingsforbuddet foreskriver med et fast antal ledere pr. gruppe. Ligeledes bør der være tydelig opdeling af faciliteter og særligt fokus på rengøring, desinficering og ansigts- og håndhygiejne ved kontaktdrætter.
- ✓ I praksis gennemføres aktiviteterne på træningsanlægget i henhold sundhedsmyndighedernes anbefalinger og forsamlingsforbud. De enkelte idrætter skal udarbejde specifikke retningslinjer for dette, og sikre at de enkelte sommerskoler følger disse.
- ✓ Der må gerne gives adgang til omklædning, bad og toiletter, så længe at afstandskravet om 1 m. overholdes.
- ✓ Der skal være afstandsafmærkninger på gulve de steder, hvor det er hensigtsmæssigt.
- ✓ Der må gerne arrangeres overnatning for deltagerne på sommerskoler, sommeraktiviteter og camps.
- ✓ Hvis der arrangeres overnatning, bør deltagerne inddeles i faste grupper af 8 ekskl. ledere. Deltagerne bør så vidt muligt blive i de faste grupper under såvel idrætsaktiviteter, spisning og ved overnatning.
- ✓ Senge/madrasser skal placeres min. 1 meter fra hinanden. Udluftning af lokalerne/lokalet, hvor gruppen overnatter, bør ske flere gange dagligt. Kontaktflader bør dagligt rengøres med vand og sæbe.
- ✓ Deltagerne spiser i de faste grupper, de er inddelt i, og der skal være særlig fokus på afspritning af borde, stole og service inden og efter spisning. Ligeledes skal det sikres, at alle vasker hænder før og efter spisning.
- ✓ Anvendelse af cafeteria/kantine og toiletter følger i øvrigt retningslinjer for restaurationsbranchen.
- ✓ Der skal på det enkelte idrætsanlæg være tydelig adskillelse mellem træningsanlæg og cafeteria/kantine.
  
- ✓ Det er til enhver tid den arrangerende forening, der har ansvaret for, at alle regler overholdes.

# Regler for zoneinddeling



# Fodboldens corona-regler



## Symptomer? Bliv hjemme!

Mød ikke op til træning eller kamp, hvis du har symptomer på Covid19. Det gælder også, hvis du bor sammen med eller har været i kontakt med en person, der er testet positiv.



## Sprit af

Alle skal vaske eller afspritte hænder, inden træning/kamp går i gang. Alle materialer skal rengøres efter træning/kamp.

## Maks. 50 personer forsamlet

Det gældende forsamlingsforbud skal altid overholdes. Under træning må maksimalt 50 personer kunne defineres som en gruppe. Der skal altid være én træner eller voksen til stede pr. gruppe.

Ved kampe og stævner må der være tilskuere, men det gælder, at der maksimalt må finde sig 500 personer ved hvert arrangement inkl. de aktive. Det er desuden vigtigt af tilskuere sidder ned på stole.



## Begræns boldkontakt med hoved og hænder under træning

Det anbefales, at hovedstød og boldkontakt med hænder (eksempelvis indkast) begrænses mest muligt under træning.

## Begræns kropskontakt

Undgå unødvendig kropskontakt - ingen highfive eller krammer.

