

ANBEFALINGER OM UDENDØRSIDRÆT

For DIF er det helt afgørende, at de generelle krav og anbefalinger fra sundhedsmyndighederne overholdes:

- At man ikke må samles flere end 10 personer
- At man skal holde en afstand på 2 meter til andre personer
- At man er særlig opmærksom på håndhygiejne – brug håndsprit, hvis der ikke er mulighed for at vaske hænder med vand og sæbe
- At host eller nys sker i albuen eller i et papirlommetørklæde
- At man skal holde sig hjemme, hvis man har symptomer som fx feber, hoste, muskelømhed – og gå straks hjem selv ved milde symptomer
- Hvis der i forbindelse med træning og brug af faciliteter benyttes rekvisitter (fx ketcher eller golfkøller), anbefaler Sundhedsstyrelsen at der så vidt muligt benyttes personlige rekvisitter. Hvor dette ikke er muligt, skal der være særskilt opmærksomhed på rengøring af fælles kontaktflader, hver gang en person afslutter brugen af en rekvisit.
- Det forudsættes, at klubhuse og fælles bedefaciliteter stadig ikke er tilgængelige.

Hvis man som forening vælger af afholde udendørs idrætsaktiviteter, så opfordrer DIF desuden til, at det sker inden for disse rammer:

- Udendørsaktiviteten bør foregå i mindre grupper
- Der skal være adgang til det sted eller anlæg, hvor udendørsaktiviteten foregår. (Kommunerne kan have særlige restriktioner, som skal respekteres).
- Medlemmer af forening/klub møder op omklædt og tager hjem efter endt udendørsaktivitet.
- Vær opmærksom på de særlige risikogrupper som defineret af Sundhedsstyrelsen.
- Man hænger plakaten med sundhedsstyrelsens anbefalinger op på idrætsfaciliteten.

Vi appellerer til, at alle udøvere udviser god disciplin ift. anbefalingerne.