



NÆSTVED

www.kviknaestved.dk

26. oktober 2020

KVIK Næstved retningslinjer for bordtennistræning og kampaktivitet i KVIKs lokaler, under corona pandemien, gældende fra 26. oktober 2020.

KVIK Næstved overholder sundhedsmyndighedernes anbefalinger og retningslinjer i relation til at bekæmpe Covid-19.

Følgende retningslinjer, er gældende for bordtennistræning i KVIK Næstved.

- Der holdes generelt afstand mellem de tilstedeværende personer. I forbindelse med fysisk aktivitet forøges mængden af udånding i luften og dermed potentielt mængde og koncentrationen af vira, derfor holdes der 2 meter afstand mellem personer.
- Man må ikke deltage i træningen, eller opholde sig i klublokalet, hvis man er sløj eller har symptomer på sygdom. (hoste, feber, vejrtrækningsproblemer)
- I bordtennislokalet, skal der være en ansvarlig person, der er løbende opmærksom på at hygiejne forhold og afstand mellem individer overholdes.
- Opvarmning kan foregå, inden man kommer ind i hallen og til bordtennislokalet. Benyt gerne de nye udendørs faciliteter på multibanen ved siden af hovedindgangen.
- Der er indgang til idrætscenteret igennem hovedindgangen. Fra man går ind af hoveddøren til hallen og til man er ankommet til KVIKs klub- eller træninglokale, benytter man mundbind.
- Alle spillere/personer spritter eller vasker hænder inden indgang i bordtennislokalet.
- Opsætning af borde og bender foretages af samme udpegede personer hver gang (typisk trænerne), der spritter, bruger engangshandsker eller vasker hænder før og efter. Bordene og andre relevante kontaktpunkter såsom dørhåndtag rengøres før og efter hver træning. Undgå i det hele taget mest mulig berøring med naturlige kontaktpunkter som gelændere, borde, stole, bender og lign.
- I klublokalet må der inden en træning opholde sig 8 personer, efter en træning 4 personer.
- I træningslokalet opsættes der 6 borde. Forsamlingsloftet er på 10 personer, for seniorhold med spillere over 21 år. Derfor må der ved træning af denne aldersgruppe, kun opholde sig 10 personer inkl. træner og leder.
- Ved turneringskampe for seniorhold i serierækkerne og veteran, må der kun spilles en holdkamp pr. aften, med et max antal på 10 personer, inkl. spillere, ledere og trænere.

- Ved træning af ungdomshold, for spillere under 21 år, er der et forsamlingsloft på 50 personer, men ved træning i KVIKs lokaler og med de fysiske rammer dette lokale er besiddelse af, mht størrelse og udluftning, har bestyrelsen på et møde den 11/8-20, besluttet der kun må være 12 spillere og to trænere, pr. ungdomshold. Trænerne kan og må vurderer om ungdomsspillerne aktive og fysiske udfoldelse, evt kan give plads til 14 spillere på et træningshold. (her er der tale om begynderspillere, der ikke har så stor fysisk udfoldelse, som en øvet spiller)
- Ved turneringskampe for ungdomshold, må der spilles max. to holdkampe på 4 borde.
- I muligt omfang holdes døre åbne, så fx håndtag ikke skal berøres af spillerne.
- Spillerne bytter ikke side under træning og træningen gennemføres i udgangspunkt uden skift af træningspartnere. Hvis et skift skal ske, må den ansvarlige leder rengøre bolde og bord inden skift. "Kongebord" er ikke tilladt, at træne.
- Ved skift af spillere fra et andet træningshold, rengøres bord og bolde, og der skal være en karantæne periode på 15 minutter for spillepladsen, så forskellige træningshold ikke er i hallen samtidig.
- Spillerne bruger kun eget personlige bat og spillerne ved hvert bord spiller med egne bolde under hele træningen. Klubben stiller 4 bolde til rådighed, som kun skal benyttes ved det tilhørende bord.
- Der må spilles doublekampe.
- Der må ikke spilles med bordtennisrobot, men "Kinatræning" og multiball kan trænes, hvis træner benytter engangshandsker ved berøring af bolde. Denne træningsform gennemføres i et lukket område, afgrænset af bander.
- Spillerne på et træningshold må opholde sig og have socialt samvær i klublokalet, der er ved indgangen til træningslokalet. Det tillades at 4 personer på skift, må benytte lokalet, under et træningspas, hvis afstandskrav på to meter overholdes.
- Forældre eller andre pårørende har adgang til klublokalet, under en ungdomstræning. Det tillades op til 4 forældre eller pårørende at holde sig i klublokalet, hvis gældende afstandskrav overholdes. Forældre eller andre pårørende har ingen adgang i træningslokalet.
- Omklædningsrum anvendes ikke, spillerne tager bad hjemme. Toilet kan benyttes. Det er tilladt at benytte omklædningsrum, efter de regler, som hallen har ophængt på dørene til de enkelte omklædningsrum. Hvis man skal på toilet under en træning, skal man benytte mundbind.
- Der gives ikke hånd efter træning/kampspil. Benyt en anden form for "tak for spillet/kampen". Det kan f.eks. være en albuehilsen.
- Der må ikke åndes på battet eller bolden før, under eller efter træning
- Der må ikke tørres hænder af på bordet.
- Trænere må ikke korrigere eller give råd til spillerne ved at gå tæt på spillerne men skal holde afstand på mindst 2 meter under hele træningen.

Retningslinjerne er lavet i samarbejde med Bordtennis Danmark og Herlufsholm Idrætscenter, og er gældende foreløbig til 2. januar 2021, eller indtil andet meldes ud. Reglerne kan løbende blive opdateret.

Brug sund fornuft, Hold afstand.