

Spørgsmål og svar pr. 23. september 2020

Se DIF & DGI's fælles retningslinjer for idrætsaktiviteter og retningslinjerne fra Kulturministeriet [her](#)

COVID-SMITTE I KLUBBEN	2
SOCIALE AKTIVITETER.....	2
IDRÆTTENS REJSEFORSIKRING.....	3
MUNDBIND Bustransport og tutter/idrætsfaciliteter med servering	3
FACILITETER	5
IDRÆTTER MED KROPSKONTAKT	7
SÆRLIGE RETNINGSLINJER – fitness og svømning	8
TURNERINGER OG STÆVNER	9
PROFESSIONEL IDRÆT	12
AFHOLDELSE AF KURSER med eksterne deltagere.....	14
FLERE INFORMATIONER	15
SKEMA: Indrejse til Danmark for udenlandske Idrætsudøvere	16

Spørgsmål	Svar
<h2>COVID-SMITTE I KLUBBEN</h2>	
Hvad gør vi, hvis et medlem bliver konstateret smittet med COVID19?	<p>Det afhænger af, hvor tæt den smittede har været på sine holdkammerater, hvornår kontakten har været der, og hvor længe den har varet.</p> <p>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.</p> <p>Nære kontakter er fx familiemedlemmer, man bor sammen med, eller personer, som man har opholdt sig tættere end en meter af i mere end 15 minutter m.m. I idrætssammenhæng vil det altså typisk være holdkammerater, trænere mv.</p> <p>Sædvanligvis vil den corona-smittede ifm. den positive test blive informeret om, hvem de skal kontakte mhp. test og karantæne.</p> <p>Er man holdkammerater og har trænet sammen, men uden at høre til de nære kontakter, kan det være en god idé at opfordre til, at de bliver testet for corona.</p> <p>Ud fra et forsigtighedsprincip kan det også overvejes, om træningsaktiviteter for potentielt smittede skal indstilles, indtil der er kommet klarhed over situationen.</p> <p>Styrelsen for patientsikkerhed – kan kontaktes, hvis I har brug for råd og vejledning i forbindelse med COVID19-smitte.</p> <p>Se også Sundhedsstyrelsens vejledning ifm. corona-smitte, som man bør følge.</p>
<h2>SOCIALE AKTIVITETER</h2>	
Må vi afholde sociale aktiviteter i forbindelse med idrætsaktiviteter?	Frem til foreløbig den 4. oktober 2020 bør alle sociale aktiviteter i forbindelse med idrætsaktiviteter aflyses. Dette gælder fx fester, fællesspisning,

	<p>Klubaftener mv., og anbefalingen omfatter både sociale aktiviteter før og efter idrætsaktiviteter, ligesom det også gælder for selvstændige arrangementer.</p> <p>Træningslejre mv. kan fortsat afholdes under hensyntagen til det gældende forsamlingsforbud og øvrige retningslinjer.</p> <p>Efter den 4. oktober 2020, eller så snart myndighederne ikke længere fraråder sociale aktiviteter i bl.a. fritidstilbud, gælder følgende:</p> <p>Der må gerne arrangeres sociale aktiviteter i forbindelse med de idrætslige aktiviteter, men der skal være skærpet opmærksomhed på, at grupperne fra de idrætslige aktiviteter ikke flettes med hinanden, og at forsamlingsforbuddet og afstandskravene efterleves. Ved sociale aktiviteter bør, der være personale eller frivillige til stede, der har til opgave at sikre, at grupperne ikke flettes, og at forsamlingsforbuddet og afstandskravene overholdes.</p>
--	---

IDRÆTTENS REJSEFORSIKRING

<p>Dækker Idrættens rejseforsikring rejser inden for Danmarks grænser (nationalt)?</p>	<p>Nej, Idrættens rejseforsikring dækker kun rejser udenfor Danmark. Læs mere her</p>
<p>Hvordan er vi dækket af Idrættens rejseforsikring ved rejser til udlandet?</p> <p>(afbestillingsforsikring, dækning ved rejser til "røde" lande i Udenrigsministeriets rejsevejledning max dækningssum mv.)</p>	<p>Få det fulde overblik over, hvordan I er dækket af Idrættens rejseforsikring på deres hjemmeside</p>

MUNDBIND

Bustransport og tutter/idrætsfaciliteter med servering

Hvad er reglerne for mundbind ved bustransport arrangeret af et forbund/klub?	Der gælder samme regler som for offentlig trafik. I offentlig transport gælder kravet om mundbind alle passagerer over 12 år. Læs bekendtgørelsen her
Kommuner med særlige restriktioner pga. smittetryk: Skal man bære mundbind i tutter/idrætsfaciliteter med servering?	I klubhuse, hvor der drives café, restauration mv., skal man naturligvis overholde de retningslinjer, der gælder for dén branche. I kommuner med særlige restriktioner med bl.a. krav om mundbind på serveringssteder (ved gang, ikke når man sidder ned), er idrætsforeninger med servering også omfattet. Læs nærmere i bekendtgørelsen her
<h2 style="color: red; margin: 0;">TRÆNING</h2>	
Hvor stor afstand skal der være mellem udøverne?	Hvis det er muligt, holdes to meters afstand ved aktiviteter i bevægelse eller ved fysiske anstrengelser. Ellers er det 1 meter. I situationer hvor det er vanskeligt eller umuligt at overholde den anbefalede afstand til andre, er det vigtigt, at foreningen overvejer tiltag, der kan reducere varigheden eller antallet af kontakter, særlig ansigt-til-ansigt-kontakt – for både medlemmer, ansatte og frivillige. Samtidig er det vigtigt at være ekstra opmærksom på hygiejne-anbefalingerne.
Skal der være en træner til stede under aktiviteterne?	Ja, der skal være en træner eller frivillig til stede pr. gruppe, særligt når der er tale om aktiviteter for børn og unge.
Må vi bruges fælles bolde?	Ja, der må bruges fælles bolde i idrætten. Bolde og øvrige kontaktpunkter som redskaber, mål og kegler skal rengøres ofte og afsprittes før og efter aktivitet samt så hyppigt som muligt under aktiviteten. Det gælder om at bruge sin sunde fornuft og skele til, hvad der ellers er af rammer for hygiejne generelt ift. corona.
Kan vi bruge vores fast monterede redskaber?	Ja, hvis I sikrer særskilt opmærksomhed på rengøring af fælles kontaktflader, dvs. de skal rengøres ofte og

	<p>afsprittes før og efter aktivitet samt så hyppigt som muligt under aktiviteten.</p>
<p>Hvad med medlemmer i særlige risikogrupper - kan/bør de deltage i idrætsaktiviteter?</p>	<p>Man kan være i særlig risiko for smitte, og for at blive alvorligt syg med COVID-19, hvis man tilhører en af de særlige risikogrupper (se coronasmitte.dk i afsnittet Om coronavirus/COVID-19, afsnit 7).</p> <p>Sundhedsmyndighederne anbefaler, at folk i de særlige risikogrupper gør en ekstra stor indsats for at beskytte dem selv mod smitte. Der opfordres til, at den enkelte person kontakter sin læge for råd og vejledning.</p>
<h2 style="color: red;">FACILITETER</h2>	
<p>Hvor mange aktive må der være på en bane eller et idrætsanlæg?</p>	<p>Det gældende forsamlingsforbud skal overholdes og er inkl. træner/instruktør/forældre/tilskuere pr. bane. Banestørrelser er forskellige i de respektive idrætter, hvorfor forsamlingsstætheden kan variere fra idræt til idræt.</p> <p>Hvis der er flere grupper af maksimalt det antal personer, som det gældende forsamlingsforbud tillader, til stede på det samme idrætsanlæg, skal man sikre, at der er tilstrækkelig afstand mellem grupperne, så de ikke udgør én samlet gruppe.</p> <p>Anbefalingen er, at der er mindst 2 meter mellem hver bane. Det er muligt at inddele store baner i mindre zoner. Her anvendes kegler, toppe, snor, kridt eller anden tydelig markering, som klart afgrænser banen/zonen.</p> <p>Hvis træningen således kan tilrettelægges i grupper (af max det antal personer, forsamlingsforbuddet tillader), som holdes indbyrdes effektivt adskilt, har egne trænere og i øvrigt i praksis reelt overholder forbuddet mod forsamlinger mv. på flere end det gældende forsamlingsforbud, vil det være muligt at afvikle flere træningsforløb med grupper - der overholder forsamlingsforbuddet - på en gang.</p> <p>Der skelnes ikke mellem til lands og til vands.</p>

	<p>Der skal være en træner eller frivillig til stede pr. gruppe, særligt når der er tale om aktiviteter for børn og unge.</p>
<p>Skal vi fortsat betale halleje for aflyste haltider under Corona-nedlukningen?</p>	<p>Som oftest ikke.</p> <p>De fleste kommuner opkræver ikke lokalegebyr for aflyste haltider under Corona-nedlukningen, ligesom selvejende idrætsfaciliteter fortsat modtager deres aktivitetstilskud uagtet aktivitetsniveau.</p> <p>Flere foreninger vælger dog i samarbejde med kommunen at fortsætte betalinger af halgebyr til selvejende idrætsfaciliteter.</p> <p>Derfor opfordrer vi også til, at der rettes henvendelse til kommunen og den eventuelle selvejende idrætsfacilitet, hvis man som forening bliver bedt betale gebyr for aflyste tider under Corona-nedlukningen. Ofte findes der en lokal løsning, som tager højde for foreningernes, faciliteternes og kommunens situation.</p>
<p>Må toiletter holdes åbne?</p>	<p>Ja, hvis det sikres, at de bliver rengjort hyppigt og at de generelle anbefalinger fra sundhedsmyndighederne om hygiejne (sæbe og sprit bør være tilgængelig) og om at holde behørig afstand overholdes. Toiletterne skal også indrettes, så der undgås kødannelse.</p>
<p>Kan vi åbne vores omklædningsrum mv.?</p>	<p>Ja, hvis det sikres, at de bliver rengjort hyppigt og de generelle anbefalinger fra sundhedsmyndighederne om hygiejne (sæbe og sprit bør være tilgængelig) og om at holde behørig afstand overholdes (minimum 1 meter).</p> <p>Hyppig og grundig rengøring af fælles kontaktpunkter skal som minimum ske en gang dagligt og oftere ved mange berøringer.</p>
<p>Må klubhuse og klublokaler holdes åbne?</p>	<p>Ja, klubhuse mv. kan holdes åbent, hvis de bliver rengjort hyppigt og de generelle anbefalinger fra sundhedsmyndighederne om hygiejne (sæbe og sprit bør være tilgængelig) og om at holde behørig afstand overholdes.</p> <p>Ved åbning af caféer og kantiner skal der være særlig opmærksomhed på at overholde Sundhedsstyrelsens</p>

	<p>anbefalinger. Det vil være ejeren af den enkelte facilitet, som konkret beslutter, hvorvidt der tillades adgang til toiletter og klubhuse og evt. nærmere retningslinjerne herfor.</p>
<p>Må vi åbne "Tutten"/cafeteriet, der er tilknyttet vores klublokaler?</p>	<p>Kantiner, cafeteriaer, restauranter mv. der er drevet professionelt af forpagtere, af lønnede eller af frivillige, og som kan overholde de gældende retningslinjer for restauranter, caféer og værtshuse (se reglerne her), kan godt åbnes.</p> <p>Kiosker eller lign. drevet af frivillige i foreningerne kan også holdes åbent. Foreningerne skal være opmærksomme på, at det er dem, som er ansvarlige for at overholde retningslinjerne.</p> <p>Det er vigtigt, at en eventuel åbning sker efter dialog med kommunen og den eventuelle facilitetsejer.</p>
<h2 style="color: red; margin: 0;">IDRÆTTER MED KROPSKONTAKT</h2>	
<p>Hvad er reglerne for idrætter med kropskontakt fx kampsport, rugby, amerikansk fodbold mv?</p>	<p>Idræt med kropskontakt er tilladt.</p> <p>Opfordringen er at minimere andelen af træningstid med kropskontakt, særligt ansigt-til-ansigt-kontakt.</p> <p>Det forudsætter, at der er ekstra stor opmærksomhed på de øvrige anbefalinger særligt ved hygiejne og forebyggelse af kontaktsmitte.</p>
<p>Vi er en kampsports-disciplin - må vi påbegynde træning indendørs?</p>	<p>Ja, kampsportsaktiviteter kan igen dyrkes indendørs.</p> <p>Opfordringen er at minimere andelen af træningstid med kropskontakt, særligt ansigt-til-ansigt-kontakt.</p> <p>Vær derfor særligt opmærksom på, om I kan minimere fx gulvkamp og lign. Sørg desuden for, at udøverne spritter hænder af før og efter, de træder ind på måtten.</p>
<p>Må vi gennemføre dansetræning?</p>	<p>Ja, dans er tilladt hvis de generelle sundhedsmæssige retningslinjer, afstandskrav og forsamlingsforbud kan efterleves på forsvarlig vis.</p> <p>Opfordringen er at minimere andelen af træningstid med kropskontakt, særligt ansigt-til-ansigt-kontakt.</p>

	<p>Bemærk desuden følgende særlige retningslinjer for dans:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dansekurser afvikles med minimum 10 minutter imellem hver lektion. • Pauser er tilladt, hvis man holder afstand i overensstemmelse med gældende regler om afstand. • Der må ikke foretages skift af dansepartnere i pardans <p>Rengøring af kontaktpunkter mellem danseholdene bør følge de generelle retningslinjer om rengøring.</p>
--	--

SÆRLIGE RETNINGSLINJER - fitness og svømning

<p>Er der særlige retningslinjer for fitness-aktiviteter i foreningsregi?</p>	<p>Ja, for fitness-aktiviteter gælder følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antallet af aktive i fitnesslokalerne begrænses, så de generelle regler om afstand og gældende forsamlingsforbud kan overholdes. Det skal sikres, at antallet af aktive i lokalerne reguleres således at der maksimalt er én udøver pr 4 m². • Begrænsning og regulering af antal i fitnesslokaler skal ske ved både indgang til fitnesslokalerne og i de enkelte fitnesslokaler. • Der skal være afstandsafmærkninger på gulve de steder, hvor det er hensigtsmæssigt. • Der sikres en meters afstand mellem borde og stole i caféområder. • Svedabsorberende udstyr: Yoga- og træningsmåtter, sandsække og boksehandsker mv. bør ikke være tilgængeligt. Brugerne opfordres til at medbringe eget udstyr, hvis dette skal anvendes til træning. • Ekstra rengøring: Der skal ske ekstra udluftning og rengøring som en del af den daglige drift med hyppig desinficering af berøringsflader som dørhåndtag, kortlæsere, vandhaner og træningsudstyr og -maskiner.
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Desinfektion mellem aktiviteter: Kontaktflader på redskaber og maskiner skal desinficeres mellem hver benyttelse.
Er der særlige retningslinjer for svømning?	<p>Ja, for svømning gælder følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Det forudsættes, at der er reguleret adgang til omklædning, bad og toiletter. • Det sikres, at antallet af aktive i bassiner reguleres således at der maksimalt er en udøver pr. 4 m² målt på vandets overflade. I praksis bør ejeren af faciliteten på forhånd vurdere det maksimale antal af svømmere og badende, der kan tillades i det enkelte bassin. • Begrænsning og regulering af antal aktive i svømmehaller og -bade skal ske ved både indgang til omklædningsområder og i selve svømmehallen. • Der skal være afstandsafmærkninger på gulve de steder, hvor det er hensigtsmæssigt. • I det tilfælde skabsnøgler benyttes, stilles der krav til, at de udleveres og afleveres af medarbejdere, og at de sprittes af imellem hver bruger. • Antallet af gæster i forskellige bassiner, spa, sauna, dampbad samt ved ophold på bassinkanten overholder reglen om en meters afstand, dog to meter ved fysisk anstrengelse. • Al udstyr rengøres før og efter brug. • Antallet af gæster monitoreres løbende, så de gældende retningslinjer for sikker afstand mellem brugere i bassiner og omklædningsrum kan overholdes.

TURNERINGER OG STÆVNER

inkl. indrejse i forbindelse med idrætsarrangementer

<p>Må vi arrangere turneringer, stævner og konkurrencer?</p>	<p>Ja, hvis det kan ske inden for forsamlingsforbuddets rammer, og de generelle sundhedsmæssige anbefalinger kan efterleves.</p>
<p>Må dommere og officials være gennemgående og deltage i flere grupper under turneringer?</p>	<p>Ja, så længe det sker inden for rammerne af forsamlingsforbuddet.</p>
<p>Må vi afvikle et arrangement med flere end det gældende forsamlingsforbud, hvis der på intet tidspunkt er samlet flere end det gældende forsamlingsforbud?</p>	<p>Rigspolitiet har på coronasmitte.dk angivet, at der ikke længere er et maksimum for, hvor mange der må deltage i et arrangement samlet set, så længe der ikke er samlet mere end det gældende forsamlingsforbud samtidig.</p> <p>Er der tale om arrangementer med geografisk spredning med grupper på max det gældende forsamlingsforbud, må der ikke være flere end 500 deltagende samtidig.</p> <p>Ved afvikling af flere separate stævner/turneringer bør der desuden udpeges mindst én ansvarlig herfor pr. aktivitet</p>
<p>Må vi - inden for samme turnering og på samme tidspunkt - afvikle flere grupper inden for det gældende forsamlingsforbud på samme idrætsanlæg, hvis vi sørger for tydelig og effektiv adskillelse af de enkelte grupper?</p>	<p>Nej, der må som udgangspunkt ikke afvikles en enkeltstående konkurrence, turnering eller stævne, hvor flere personer end det gældende forsamlingsforbud er samlet på samme sted samtidigt.</p> <p>I særlige tilfælde må der dog gerne afholdes arrangementer med flere deltagere end det gældende forsamlingsforbud, så længe der aldrig er samlet flere deltagere end det gældende forsamlingsforbud samme sted på samme tid.</p>

	<p>Der må således gerne arrangeres tidsforskudte arrangementer med flere end det gældende forsamlingsforbud så længe, at der på intet tidspunkt er mere end forsamlingsforbuddet til stede samtidig.</p> <p>Det vil også være muligt at afholde arrangementer med flere end det gældende forsamlingsforbud, hvis arrangementet afholdes med en betydelig geografisk spredning mellem deltagerne sådan, at de ikke befinder sig på samme sted samtidig. Det vil fx omfatte kapsejladser på havet, hvor deltagerne sejler i mindre grupper med betydelig afstand mellem bådene.</p> <p>Det vil også omfatte golfturneringer, orienteringsløb og lignende udendørs arrangementer med stor geografisk spredning mellem de enkelte deltagere eller mellem mindre grupper af deltagere.</p> <p>Det kræver dog, at den geografiske spredning kan opretholdes gennem hele arrangementet, dvs. også ved start- og målområdet, hvor der max. må være deltagere svarende til det gældende forsamlingsforbud til stede samtidig.</p>
<p>Må vi have publikum ved turneringer o. lign. (idrætsbegivenheder)?</p>	<p>Der må være siddende publikum til idrætsbegivenheder som fx stævner og turneringer.</p> <p>For siddende publikum gælder, at der må være max 500 forsamlet inkl. spillere, udøvere, trænere, dommere, officials mv.</p> <p>Der skal være min. en meter mellem pladserne, og der skal være mindst 2 m² areal pr. publikum.</p> <p>Arrangøren bør ved hjælp af frivillige og/eller ansatte sikre styring af publikumsstrømme og fx undgå omfattende køer ved indgange, toiletter mv.</p> <p>Reglerne er de samme for både indendørs- og udendørs turneringer.</p> <p>Bemærk, at der er særlige retningslinjer for siddende publikum, som skal overholdes – se alle retningslinjerne for publikum her.</p>

<p>Hvordan er reglerne for indrejse til Danmark for udenlandske idrætsudøvere fx i forbindelse med et idrætsarrangement?</p>	<p>Politiet er udøvende myndighed på området, hvorfor deres anvisninger altid er gældende.</p> <p>Inden en udenlandsk Idrætsudøver indrejser til Danmark, skal der foretages følgende vurderinger:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kommer udøveren fra et åbent land eller et karantæneland • er vedkommende ansat i en dansk klub eller skal udøveren deltage i enkelt event eller konkurrence <p><i>Se regler og anbefalinger i skemaet bagerst i dette dokument</i></p>

PROFESSIONEL IDRÆT

<p>Kan vi tilmelde vores atleter til stævner i udlandet - også i lande, som Udenrigsministeriet fraråder ikke-nødvendige rejser til?</p>	<p>Svaret er ja, mener DIF. Det er dog vigtigt at understrege, at atleter, trænere mv. IKKE vil være dækket af Idrættens rejseforsikring. Se yderligere info længere nede i dokumentet.</p> <p>Professionelle atleter og seniorlandshold skal have mulighed for at repræsentere Danmark ved kommende begivenheder såsom OL/PL, VM og EM, så dansk idræt kan fastholdes på et højt internationalt niveau.</p> <p>Dette kræver international deltagelse, ligesom deltagelse ved internationale stævner er en forudsætning for optjening af ranglistepoint mv. Ved deltagelse i et internationalt stævne bør følgende overholdes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Retningslinjerne fra de danske sundhedsmyndigheder bør overholdes under opholdet i udlandet, herunder bl.a. afstandskrav, krav til hygiejne mv.
---	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Atleten og øvrige deltagere på rejsen bør ved hjemkomst testes for COVID-19 jf. myndighedernes anbefalinger. • Hvis atleten og/eller øvrige deltagere IKKE får foretaget en COVID-19 test ved hjemkomst, opfordres til 14 dages karantæne. • Eftersom Idrættens rejseforsikring ikke dækker coronarelateret sygdom, anbefales det, at der tegnes en selvstændig forsikring. Kontakt evt. Tryg Forsikring (leverandør af Idrættens Rejseforsikring).
Hvilke atleter betragtes som professionelle og/eller seniorlandshold?	<p>Det drejer sig om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atleter, som konkurrerer på højt internationalt niveau (A-senior EM, VM) og samtidig hovedsageligt lever af indtægter fra deres sport (minimum 60% af deres samlede indkomst) • Indplacerede atleter under Team Danmark • Atleter, der fremgår af DIF's OL/PL bruttotrup • Til DIF's anbefaling om deltagelse ved internationale turneringer omfattes også danske seniorlandshold, mhp. at sikre specialforbund og atleter mulighed for at fastholde et højt niveau og sikre fremtidig dansk deltagelse ved store mesterskaber.
Er vores atleter dækket af Idrættens rejseforsikring, hvis de rejser til et land, som Udenrigsministeriet fraråder rejser til?	<p>Ja. Rejseforsikringen dækker næsten som normalt – der er dog vigtige undtagelser, der kan give ekstraomkostninger, hvis uheldet er ude.</p> <p>Det drejer sig om følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Corona-relateret sygdom og evt. udgifter relateret hertil er ikke dækket. • Afbestillingsforsikringen dækker ikke, hvis man rejser til et land, som UM fraråder rejse til. <p>Læs forsikringsbetingelserne her</p>
Kan atleterne stille op ved nationale konkurrencer efter hjemkomst?	<p>DIF anbefaler, at alle rejsedeltagere efter hjemkomst får foretaget en COVID-19-test. Hvis denne er negativ, kan atleterne stille op i konkurrencer nationalt. Ved en positiv test, eller hvis man ikke får foretaget en test, bør man gå i hjemmekarantæne i 14 dage jf. retningslinjerne fra myndighederne.</p>

Skal atleterne testes inden afrejse - og/eller ved hjemkomst?	DIF anbefaler - i tråd med UM rejseråd for erhvervsrejser - at alle rejsedeltagere til lukkede lande/karantænelande testes for COVID-19 ved hjemkomst. Derudover henviser DIF til myndighedernes anbefalinger i forhold til, hvornår test er nødvendigt – og til at holde sig orienteret om myndighedernes anbefalinger i de lande, der rejses til.
Hvad med sub-eliten og breddemotionister - kan deres rejser betegnes som nødvendige?	Nej, ikke til karantænelande. Hvis landet er defineret som åbent, er det en konkret vurdering af vigtigheden fra forbundets side, som skal lægges til grund.

AFHOLDELSE AF KURSER

med eksterne deltagere

Må vi afholde kurser med eksterne deltagere?	<p>Hvis I overholder det gældende forsamlingsforbud, må I gerne afholde kurser.</p> <p>Hvis et møde med fordel kan gennemføres digitalt, så anbefaler vi det, ligesom vi opfordrer til at opholde sig udendørs så vidt det er muligt – evt. noget af tiden.</p> <p>Hvis det er nødvendigt at mødes fysisk, så bør følgende overholdes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lokalet bør være tilstrækkelig stort til, at alle deltagere kan sidde med minimum en meters afstand • Husk at vaske hænder eller brug håndsprit, inden du går ind i mødelokalet • Vær opmærksom på at vejen til og ind i et større lokale også udgør en risiko for smittespredning. • Undgå at give hånd eller have fysisk kontakt, når I mødes – og følg sundhedsmyndighedernes generelle anbefalinger • Der bør sikres 2 meters afstand mellem underviser og forreste række af tilhørere, (mens det er tilstrækkeligt med 1 meters afstand mellem tilhørerne, hvis disse ikke synger eller lign.).
---	---

FLERE INFORMATIONER

Hvor kan jeg finde yderligere information?

Vi står alle i en helt særlig situation omkring corona – også myndighederne. Derfor er det ikke alle spørgsmål, der findes konkrete svar på. Helt generelt skal man følge myndighedernes påbud, retningslinjer og råd.

Derudover kan man finde yderligere information her:

- Myndighedernes råd og retningslinjer findes på www.coronasmitte.dk
- Udenrigsministeriets [rejsevejledninger](#)
- På DIF's hjemmeside findes ved at scrolle lidt ned på forsiden af www.dif.dk en række nyheder og information om corona og idræt
- [Styrelsen for patientsikkerhed](#) – kan kontaktes, hvis I har brug for råd og vejledning i forbindelse med COVID19-smitte
- Derudover gives der svar på en række spørgsmål på www.dif.dk/corona



SKEMA: Indrejse til Danmark for udenlandske

Idrætsudøvere

Åbne lande: Personer med bopæl i et land, der er kategoriseret som 'åbent' (gult) i [Udenrigsministeriets rejsevejledninger](#) kan frit rejse ind i Danmark. Se også [politiets Q&A](#) vedr. indrejse til DK

Karantænelande: Lande, der er kategoriseret med orange eller rød i [Udenrigsministeriets rejsevejledninger](#) er pt. per definition 'karantænelande' (orange). Personer med bopæl i et karantæneland må rejse ind i Danmark med et anerkendelsesværdigt formål. Se også [politiets Q&A](#) vedr. indrejse til DK

DIF anbefaler alle at følge Udenrigsministeriets rejsevejledninger. Anbefalingerne og restriktionerne kan ændre sig time for time, og alle opfordres derfor til at orientere sig i gældende rejsevejledninger på Udenrigsministeriets hjemmeside, www.um.dk eller ved at downloade deres app 'Rejseklar'. Vi opfordrer desuden til at tjekke [politiets Q&A](#) for at sikre sig, at man har den rette legitimation og evt. dokumentation med ved indrejse. Vær desuden opmærksom på, at man ikke kan indhente forhåndsgodkendelse hos politiet.

	Landestatus	Ansættelses- Forhold	Indrejserestriktioner	Anbefaling
Eks. 1	Åbent land	Ansæt i dansk klub	Ingen restriktioner - fri indrejse	
Eks. 2	Åbent land	Udøver skal deltage i en event/turnering.	Ingen restriktioner - fri indrejse	
Eks. 3	Karantæne-land	Ansæt i en dansk klub	Ingen restriktioner, da vedkommende har et anerkendelsesværdigt formål med sit besøg.	Medbring relevant dokumentation på rejsen. Det er eks. gyldig ansættelseskontrakt, suppleret med seneste lønseddel.
Eks. 4	Karantæne-land	Udøver skal deltage i en event/turnering.	Muligvis restriktioner – konkret vurdering om der er tale om et	Deltagelse i idrætsaktiviteter anses som udgangspunkt ikke



			anerkendelsesværdigt formål.	<p>som et anerkendelsesværdigt formål.</p> <p>Det anbefales derfor, at man som forbund - inden man inviterer udøvere til DK - kontakter myndighederne med henblik på nærmere afklaring.</p> <p>Vær opmærksom på, at politiet ikke giver forhåndsgodkendelser.</p>
--	--	--	------------------------------	---