

## Retningslinjer for begrenset treningsaktivitet

Overordnet mål for disse retningslinjene er at når det åpnes opp for begrenset organisert aktivitet i klubber tilsluttet Norges Bilsportforbund, skal aktiviteten **ikke** bidra til spredning av korona-viruset. Disse retningslinjene gjelder trening som avholdes i henhold til NBFs reglement for trening, motordag og testing.

<https://bilsportboka.no/kapittel/arrangor-bane-og-sikkerhetsforskrifter/bestemmelser-om-organisert-treningmotordagertesting/>

Det er foreløpig ikke tillatt med andre arrangementer eller konkurranser i perioden. Dette gjelder også konkurranser på klubbnivå.

Det skal ikke avholdes trening med mindre man er helt trygg på at aktiviteten ikke bidrar til økt smitterisiko og at den kan utøves i samsvar med helsemyndighetenes anbefalinger. I motsatt fall, skal aktiviteten umiddelbart avbrytes.

Disse retningslinjene vil til enhver tid være avhengig av føringer fra offentlig myndigheter og vil dermed bli justert fortløpende.

### Personer som ikke får delta i eller fysisk tilrettelegge for aktiviteter

- Personer som er smittet av korona, sitter i karantene eller som har symptomer på luftveisinfeksjon, som feber, sår hals, rennende nese, hoste eller nedsatt allmenntilstand.
- Personer som ikke følger de instruksjoner arrangøren gir for utøvelse av aktiviteten.

I tillegg til disse retningslinjene gjelder nasjonale myndigheters retningslinjer.

### Helsedirektoratet anbefaler

- Det bør ikke være mer enn 5 personer samlet i gruppe, f.eks i depot. Dette gjelder ikke personer som lever sammen til vanlig (samme husstand).
- Når man er sammen med andre bør man holde en fysisk avstand på minst 2 meter. Det gjelder ikke personer som lever sammen til vanlig (samme husstand).

Informasjon fra Helsedirektoratet finnes her:

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus/naeringsliv-idrett-og-kultur/forbud-mot-enkelte-kultur-og-idrettsarrangementer>

Enhver klubb skal påse at treningsansvarlig er kjent med disse og øvrige retningslinjer, og at disse blir fulgt. Enhver klubb kan innføre lokale tiltak/begrensninger for å sikre kontroll over at retningslinjer følges. Det kan være at arrangøren ut fra banens/depotets størrelse må sette begrensning på antall deltagere f.eks.

Arrangøren/klubben pålegges gjennom disse retningslinjene å sette seg inn i smittvernloven og dens bestemmelser, og følge disse. Informasjon om smittevernlovens bestemmelser finner du her:

<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1994-08-05-55?q=smittevern>

Arrangøren/klubben er selv ansvarlig for sine treninger, samt å avbryte trening dersom helsemyndighetenes krav ikke kan innfris.

Det påligger klubbene og utøverne et spesielt ansvar for å oppfordre til at familie og venner av utøvere ikke er tilstede under treningen. Treningene skal ikke være åpne for publikum. Arrangøren/klubben er ansvarlig for at alles adferd på baneområdet inkludert publikumsområde er i henhold til nasjonale myndigheters retningslinjer.

Arrangøren må forsikre seg om at alle som deltar på treningen er kjent med disse retningslinjer.

### **Koronavett-regler:**

- Ingen trening eller annen aktivitet (dugnad) er tillatt med mindre man er 100% sikker på at myndighetenes retningslinjer kan følges. Forsiktighetsprinsippet er til enhver tid gjeldene.
- Det skal til enhver tid være minimum to meters avstand mellom alle personer, med unntak av husstandsmedlemmer. Det er ikke tillatt med kontakt mellom personer, som ved for eksempel å håndhilse.
- Depotet må organiseres med en slik avstand mellom team/deltagere at alle personer kan holde minimum to meters avstand.
- En gruppe kan bestå av maks fem personer, hvor alle må holde minimum to meters avstand, men på et anlegg kan man tillate flere grupper samtidig dersom de kan overholde myndighetenes retningslinjer.
- Utleie av utstyr tillates ikke på grunn av sikkerhetsmessige og smittevern årsaker.
- Ved innsjekk skal dokumenter/telefon ikke berøres av andre enn eier. Førerlisens og medlemskap skal fremvises i Gnist (alternativt fremvises fysisk) og vognlisens fremvises for sjekk av gyldighet. Alle klubber oppfordres til å finne lokale praktiske løsninger for å sjekke lisens/medlemskap og ta imot betaling. Kjø ved innsjekk må organiseres i forhold til regler om to meters avstand.
- Ved teknisk kontroll skal kontrollør benytte engangshansker. Kontroll av sikkerhet skal prioriteres.
- Utøver/foresatt må klargjøre kjøretøyet for kontroll på en slik måte at kontrollør i størst mulig grad slipper å ta på flater unødvendig.
- Ved kontroll av personlig kjøreutstyr må det utvises ekstra forsiktighet. Dette kan gjøres ved at utøver skriver ned alle Godkjenningsnummer på alle plagg før teknisk kontroll, samt en visuell kontroll når utøver har kjøreutstyret på. Det er viktig at utøver også tar ekstra ansvar for eget sikkerhetsutstyr.
- Arrangør må være spesielt oppmerksom overfor barn/ungdom under myndighetsalder. Det er ikke tillatt å ha ansvar for andres barn i denne perioden. Barn/ungdom skal følges opp av husstandsmedlemmer, og disse må ha gyldig lisens som ledsager fra NBF i henhold til NBFs regelverk.
- Kiosk, garderobe, klubbhus, varmestue, vaskeplass for utstyr, etc. er ikke tillat å bruke.
- Det er ikke tillat å låne bort utstyr, verktøy, eller liknende.
- Antall personer på banen, i depot, dommertårn, racecontroll, flaggpuster og så videre må være i tråd med myndighetenes anbefalinger. Hvis en gren er avhengig av flere funksjonærer for å

utøve aktiviteten innenfor NBFs regler og sikkerhetsbestemmelser, og disse ikke kan utføre sine oppgaver innenfor helsemyndighetenes krav, kan ikke aktiviteten drives.

- Barn/ungdom skal følges opp tett, slik at de ikke bryter retningslinjene utenfor de voksnes oppsyn.
- Arrangør må ha klare retningslinjer på hvordan et havari ute på banen skal håndteres og sørge for at alle deltagere/foresatte har forstått disse.
- Det skal være gode hygienerutiner i forbindelse med aktiviteten, f.eks. god tilgang på Antibac og rutiner for grundig vask av hender før og etter aktiviteten.
- Treningen bør utøves på en forsiktig og skånsom måte for å unngå skader. Vi kan ikke belaste helsevesenet unødige i disse tider.

Oslo, 3. april 2020

Norges Bilsportforbund