



Till: SDF & Föreningar

Coronakrisen – samlad information vad som gäller för idrotten just nu

Idrottsrörelsen har fått ett förtroende att hålla i gång viss verksamhet, ett förtroende vi ska vårda.

Folkhälsomyndigheten har öppnat upp för träning, men inte för andra verksamheter.

Folkhälsomyndighetens nationella allmänna råd och rekommendationer

Svenska Konståkningsförbundets rekommendationer grundas på Folkhälsomyndighetens nationella allmänna råd och riktlinjer.

Begränsa nya nära kontakter

Du bör begränsa nya nära kontakter genom att endast umgås med de personer som du normalt träffar, exempelvis de du bor tillsammans med eller några få vänner och närstående utanför hushållet.

Om du träffar andra personer än de i din mindre krets bör ni:

- 1. undvika att vara nära varandra, framförallt i mindre utrymmen under en längre tid, och*
- 2. med fördel umgås utomhus. Håll avstånd till andra och undvik miljöer med trängsel*

Du bör hålla avstånd till andra människor. Det är särskilt viktigt vid längre kontakter och när du är inomhus.

Var och en har ett personligt ansvar att förhålla sig till råden.

Folkhälsomyndigheten har beslutat om ändringar i de nationella allmänna råden från den 6 februari 2021. Vad innebär det för idrotten?

Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd gäller i hela landet. Var och en har ett ansvar för att skydda sig själv och andra mot smittspridning. Verksamheter – som idrotten – ska vidta lämpliga åtgärder för att undvika smittspridning.

Vissa av råden gäller specifikt för idrottsrörelsen. Idrotts- och fritidsaktiviteter är viktiga för folkhälsan men bör bedrivas på ett sätt som minimerar risken för smitta. **Personer födda 2001 eller tidigare bör därför vid sådana aktiviteter:**

1. hålla avstånd till varandra,
2. inte dela utrustning med varandra,
3. när det är möjligt genomföra aktiviteten utomhus,
4. undvika gemensamma omklädningsrum,
5. resa till och från aktiviteten individuellt, och
6. utföra aktiviteten i mindre grupper.

Undvik nya kontakter och onödiga resor. Håll träningen i homogen grupp.

[Förtydligande om träning utomhus](#)



Personer födda 2002 och senare

Råden som nämns ovan gäller inte personer som ägnar sig åt yrkesmässig idrott eller barn och ungdomar födda 2002 och senare. Ändringen innebär att det nu är möjligt för ungdomar i gymnasieåldern att återuppta sina träningar i organiserad form, inomhus och utomhus.

Däremot gäller fortfarande det allmänna rådet till idrottsföreningar. Föreningar inom idrott, kultur och fritid

bör enligt Folkhälsomyndighetens allmänna råd:

- när det är möjligt hålla träningar och andra aktiviteter utomhus
- minimera antalet personer som närvarar samtidigt eller på annat sätt undvika trängsel
- avstå från att ordna eller delta i läger, matcher, cuper och andra tävlingar, med undantag av sådan idrott som är yrkesmässig

Folkhälsomyndighetens information till idrottsföreningar och träningsanläggningar

Vad gäller för läger och sammandrag?

- avstå från att ordna eller delta i läger och sammandrag

Vad gäller för tävlingar?

Folkhälsomyndigheten har den 24 februari 2021 fattat beslut att idrottsrörelsen **bör avstå helt från att ordna eller delta i läger, matcher, cuper och andra tävlingar** oavsett ålder på deltagarna. [Yrkesmässig idrott](#) är undantagen. Beslutet trädde i kraft 1 mars 2021.

Den 28 april 2021 fattade Folkhälsomyndigheten beslut om att tillåta enstaka tävlingar och matcher **utomhus** för barn födda 2005 och senare. För konståkningsdelen medför detta ingen skillnad i rekommendationerna.

Vad gäller för tester?

Folkhälsomyndigheten har öppnat upp för träning samt entaka tävlingar utomhus för barn födda 2005 och senare. Testverksamhet faller inte under träning utan har en annan struktur och kräver externa resurser. Svenska Konståkningsförbundet rekommenderar därför att tester inte genomförs. Undantag för tävlingstest när den är inbakad i träningen och godkänns av föreningens tränare.

Det är föreningen som är juridiskt ansvarig för sina aktiviteter och att dessa uppfyller gällande lagar, regler, allmänna råd och rekommendationer.

Stockholm 2021-04-30

SVENSKA KONSTÅKNINGSFÖRBUNDET