

## Träning tillåts för alla – om den genomförs på ett smittsäkert sätt

Jokkmokks kommun kommer att från den 14 december öppna upp Östra skolans sporthall, simbassängen på östra samt Ishallen för föreningsaktiviteter och bokningar av enskilda. Här nedan följer vad som gäller för de som nyttjar lokalerna:

På måndag den 14 december kommer nya nationella råd att träda i kraft för att förhindra smitta av Covid-19. Var och en har ett ansvar att skydda sig själv och andra mot smittspridning, och verksamheter – som idrotten – ska vidta lämpliga åtgärder för att undvika smittspridning.

### **För personer födda 2004 och tidigare gäller:**

Träning:

Personer födda 2004 eller tidigare kan träna på ett sätt som minimerar risken för smitta om de:

- Håller avstånd till varandra
- Inte delar utrustning med varandra
- När det är möjligt genomför aktiviteten utomhus
- Undviker gemensamma omklädningsrum
- Reser till och från aktiviteten individuellt
- Utför aktiviteten i mindre grupper

Föreningen ska se åtta personer som en riktlinje för grupper födda 2004 och tidigare.

Det hänger samman med att regeringen begränsar antalet deltagare i allmänna sammankomster och offentliga tillställningar till åtta. Regeringens budskap är att detta ska vara normerande även för andra grupper.

Läger, matcher, cuper och tävlingar ska inte bedrivas för personer födda 2004 eller tidigare.

### **För barn födda 2005 och senare gäller att:**

- Träna utomhus när det är möjligt
- Undvika trängsel

Vi kommer att återkomma med förtydligande om hur begreppet matcher och tävlingar bör tolkas, men fram till den 15 januari får inga matcher eller tävlingar hållas inom Jokkmokks kommuns lokaler.

Ansvarig hyresgäst eller föreningens ordförande och ledare ska vara väl införstådd med de rekommendationer och föreskrifter som gäller för att hindra smittspridning och ansvarar för att riktlinjerna följs.