

Riktlinjer för tävling med restriktioner

Gäller från 15 juli 2021

SB&K följer Folkhälsomyndighetens (FHM) riktlinjer och är medvetna om att reglera kan ändras snabbt. Fokus är att minska smittspridning.

På budokampsport.se uppdateras samlingsartikeln med aktuell information och riktlinjer.

» [Coronaviruset – Nuläge och samlad information](#)

Tänk på att regioner kan ha skärpta lokala allmänna råd. Följ noga myndigheternas information, länkar finns i samlingsartikeln på budokampsport.se.

Vid frågor kontakta förbundets medicinska kommitté på medicin@budo.se

Vid tävling måste alla ta ett personligt ansvar för att tillsammans undvika spridning av coronaviruset. Den som känner minsta symptom stannar hemma.

Gäller för alla åldersgrupper

- Undvik trängsel

Hur man arrangerar säkra tävlingar

- » ANTAL TÄVLANDE DELTAGARE OCH FUNKTIONÄRER
- » ENDAST SYMPTOMFRIA PERSONER PÅ PLATS
- » TA BORT MOMENT SOM INNEBÄR TRÄNGSEL
- » HYGIENRUTINER
- » RUTINER FÖRE OCH EFTER TÄVLINGSMOMENT

- » ANTAL TÄVLANDE DELTAGARE OCH FUNKTIONÄRER

Deltagartak för allmänna sammankomster

- För inomhusarrangemang kan upp till 50 deltagare tillåtas
- Om deltagarna anvisas en sittplats kan upp till 300 deltagare tillåtas
- För arrangemang utomhus gäller maximalt 600 deltagare utan anvisad sittplats
- För arrangemang utomhus gäller maximalt 3 000 deltagare som anvisas en sittplats.

- » ENDAST SYMPTOMFRIA PERSONER PÅ PLATS

Inför obligatorisk hälsokontroll för alla utövare med minst legitimerad sjuksköterska samma dag som tävlingen. De idrotter i SB&K som har fullkontakt kräver alltid en läkarkontroll men den ska också utvidgas till att vara anpassad för covid-19-symptom. Se länkar nedan.

Förening

Det är varje förenings ansvar att se till att Folkhälsomyndighetens föreskrifter och att lokala allmänna råd följs.

Arrangör av tävling

Respektive arrangör ska:

- Dra isär matchprogrammet (fightcard) så att trängsel undviks mellan de olika matcherna.
- Göra en riskbedömning i enlighet med Folkhälsomyndighetens verktyg.
 - » [Riskbedömning](#) (FHM)
- Följa de medicinska reglerna för tävlande i samband med COVID-19.
 - » [Medicinska regler](#) (SB&K)
- Se till att utövaren fyller i hälsodeklarationen innan hälsoundersökningen.
 - » [Hälsodeklaration](#) (SB&K)
- Se till att läkaren eller sjuksköterskan gör hälsoundersökning samma dag som tävlingen, enligt följande för COVID-19.
 - » [Hälsoundersökning](#) (SB&K)

» TA BORT MOMENT SOM INNEBÄR TRÄNGSEL

- Skapa rutiner vid eventuell smitta (exempelvis ifall någon av personerna på plats blir smittad ska alla som kommit i kontakt med den personen sitta 7 dagar i karantän och ta ett nytt test efter minst fem dagar).
- En idrottstävling är som utgångspunkt en offentlig tillställning och får därmed inte samla fler än femtio deltagare inomhus. Vid en idrottstävling som genomförs på en tydligt avgränsad arena ska åskådarna räknas som deltagare, däremot räknas inte utövare och funktionärer.
- Se till att informera tydligt om att personer med minsta symptom stannar hemma.

» HYGIENRUTINER

- Följ och informera om Folkhälsomyndighetens rutiner för handhygien.
 - » [Handhygien](#) (FHM)
- Torka av och använd handsprit på tävlingsytan efter varje genomförd match.
- Se till att det finns god möjlighet att tvätta händerna med tvål och vatten.
- Städa noga toaletter, duschutrymme och andra ytor där utövare kan tänkas dela yta.
- Dela inte utrustning eller för den delen vattenflaska med någon

» RUTINER FÖRE OCH EFTER TÄVLINGSMOMENT

Före

- Sätt i tandskydd innan du tar på dig handskar så att ingen annan behöver sätta in det i munnen åt dig.
- Ha nära till att tvätta händerna med tvål och vatten.

Efter

- Se till att det finns gott om utrymme i omklädningsrum så att trängsel undviks.