

Vedlegg: Skjematisk oversikt over forslag til idrettsaktivitet etter trafikklysmodeell:

| | Grønt tiltaksnivå | Gult tiltaksnivå | Oransje tiltaksnivå | Rødt tiltaksnivå |
|----------------------------------|--|--|--|--|
| Barn og unge med kontakt | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Ordinær idrettsaktivitet kan opprettholdes, både trening og konkurranser (innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner). Forutsetningen for å kunne konkurrere, både med og uten kontakt, er at alle konkurransedeltakere kommer fra kommuner med grønt tiltaksnivå (kommuner med lav eller ingen smitte). ▪ Utendørs: Samme som innendørs. ▪ Reiser ifm. trening/konkurranser kan gjennomføres innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan trene som normalt, og konkurrere innenfor den aktuelle særidrettens naturlige konkurransesone. ▪ Utendørs: Samme som innendørs. ▪ Reiser ifm. trening/konkurranser kan gjennomføres innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan trene i egen kommune, men ikke konkurrere (aktivitet i egen kommune). Innskjerpede smitteverntiltak: <ul style="list-style-type: none"> • Mindre og faste treningsgrupper på inntil 20 personer (med god avstand til andre grupper). • Kan innføres differensierte treningstider for å unngå unødig trengsel på treningsfeltet. I de tilfeller hvor kapittel 5 i Covid-19 forskriften vil anvendes, og særlige innskjerpede tiltak gjennomføres, er det naturlig at også treningstilbudet i den organiserte idretten for disse aldersgruppene kan påvirkes negativt, for eksempel slik at det kun åpnes for trening med avstand. ▪ Utendørs: Samme som innendørs. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan verken trene eller konkurrere. ▪ Utendørs: Samme som innendørs. |
| Barn og unge uten kontakt | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Samme som for barn og unge med kontakt over, men: Utøvere som er bosatt i kommuner med gult tiltaksnivå, bør kunne delta i konkurranser i en kommune med grønt tiltaksnivå – så lenge avstandsbestemmelsene overholdes og så lenge transport til og fra et arrangement gjennomføres på en smittevernforvarlig måte, | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan trene som normalt, og konkurrere innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner, forutsatt at . ▪ Utendørs: Kan trene og konkurrere i egen kommune Innskjerpede smitteverntiltak som for barn og unge med | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan trene i egen kommune, men ikke konkurrere. Innskjerpede smitteverntiltak som barn og unge med kontakt (se over). ▪ Utendørs: Kan trene og konkurrere i egen kommune Innskjerpede smitteverntiltak som for barn og unge med | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan trene i egen kommune, men ikke konkurrere (aktivitet kun i egen kommune). Innskjerpede smitteverntiltak: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mindre og faste treningsgrupper på inntil 20 personer (med god avstand til andre grupper). ▪ Kan innføres differensierte treningstider for å unngå |

| | | | | |
|----------------------------|---|--|--|---|
| | <p>eksempelvis i egen bil. Samme tiltak som beskrevet over for barn og unge med kontakt.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utendørs: Samme som innendørs. <p>Reiser ifm. trening/konkurranser kan gjennomføres innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utendørs: Samme som innendørs. ▪ Reiser ifm. trening/konkurranse kan gjennomføres innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner. | <p>kontakt (se over).</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Reiser ifm. trening/konkurranser kan kun gjennomføres innenfor kommunen. | <p>unødig trengsel på treningsfeltet.</p> <p>I de tilfeller hvor kapittel 5 i covid-19-forskriften vil anvendes, og særlige innskjerpede tiltak gjennomføres, er det naturlig at også treningstilbudet i den organiserte idretten for disse aldersgruppene kan påvirkes negativt.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utendørs: Samme som innendørs |
| Voksne med kontakt | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Samme tiltak som beskrevet over for barn og unge med kontakt. ▪ Utendørs: Samme som innendørs. ▪ Reiser ifm. trening/konkurranser kan gjennomføres innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan trene i egen kommune, men ikke konkurrere. ▪ Utendørs: Samme som innendørs. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan verken trene eller konkurrere. ▪ Utendørs: Kan trene i egen kommune, men ikke konkurrere. Innskjerpede smittevernstiltak som for barn og unge med kontakt (se over). | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan verken trene eller konkurrere. ▪ Utendørs: Samme som innendørs. |
| Voksne uten kontakt | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Samme tiltak som beskrevet over for barn og unge med og uten kontakt. ▪ Utendørs: Samme som innendørs. ▪ Reiser ifm. trening/konkurranser kan gjennomføres innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan trene og konkurrere innenfor særidrettens konkurransesystem så lenge avstandsbestemmelsene opprettholdes. Forutsetter at vertskommunen for arrangementet ikke har innført oransje/rødt tiltaksnivå. ▪ Utendørs: Samme som innendørs. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan trene i egen kommune, så lenge god avstand opprettholdes (aktivitet kun i egen kommune), men ikke konkurrere. Innskjerpede smittevernstiltak som for barn og unge med kontakt utendørs (se over). ▪ Utendørs: Samme som innendørs. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Innendørs: Kan verken trene eller konkurrere. ▪ Utendørs: Kan trene i egen kommune så lenge god avstand opprettholdes (aktivitet kun i egen kommune). Kan ikke konkurrere. |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none">▪ Reiser ifm. trening/konkurranser kan gjennomføres innenfor særidrettens naturlige konkurransesoner. | | |
|--|--|---|--|--|

** **Felles for alle tiltaksnivåer:** Idrettens fellesidrettslige smittevernveileder og særidrettslige protokoller vil legges til grunn for all aktivitet, men med innskjerpede tiltak ved høyere smittepress. For alle idrettsarrangement vil idretten fortsatt forholde seg til nasjonale regler og anbefalinger knyttet til antall deltakere og publikum.*