



RETNINGSLINJER UNDER CORONA
FOR FODBOLD I NØRREBRO UNITED (15-05-2020)

ORIENTERING OM TRÆNING UNDER CORONA FRA DBU & NØRREBRO UNITED

DBU og myndighederne er nu klar til at åbne for at spille fodbold på tværs af hele landet, alle aldre og niveauer. Det skal ske på en ansvarlig måde, hvor fodboldaktiviteter skaber glæde og fællesskab og ikke bidrager til spredning af smitte.

DBU har derfor udfærdiget et notat og protokol, som de løbende opdaterer i nye versioner, når der kommer nye retningslinjer fra relevante myndigheder. Det skal give overblik over DBU's holdning og tilgang – samt konkrete retningslinjer til brug i særligt breddeklubberne.

Det er dette notat og protokol, Nørrebro United retter sig efter, samt øvrige henvisninger fra vores lokalunion og lokale myndigheder, i genåbningen af fodbolden på Nørrebro.

DBU's holdning er: Folkesundhed er vigtigere end fodbold. Og fodbold må ikke bidrage til at sprede smitte hverken på eller udenfor banen i dansk fodbold.

DBU og Nørrebro United følger myndighedernes anbefalinger i forbindelse med åbningen for at spille fodbold igen, så vi fortsat mindsker risikoen for smitte-spredning. DBU vil først åbne for at spille kampe, når myndighederne giver grønt lys. I mellemtiden åbner vi nu fodbolden gradvist, fordi vi har fået lov til dette af myndighederne. Vi har stor fokus på at gøre det med nye tiltag og retningslinjer, så fodbold bliver spillet med ansvarlighed og omtanke. Der må derfor heller ikke arrangeres turneringer eller stævner i egen forening.

De nye retningslinjer udgør en samlet ***Protokol for Opstart og Træning i Danske Fodboldklubber – 'Fodboldens Corona-regler'*** - og tager udgangspunkt i myndighedernes generelle anbefalinger samt i de offentliggjorte retningslinjer for udendørs-idræt fra Danmarks Idrætsforbund.

Derudover har DBU fået input fra Divisionsforeningen, Kvindedivisionsforeningen og DBU Bredde samt inspiration fra Norge og Holland, hvor der er åbnet for at spille fodbold under en række restriktioner.

Vi er helt indforståede med, at særligt de små kan have behov for at en forælder er i nærheden. Hvis en forælder har behov for at være i nærheden, skal ophold tages uden for banens indhegning - det gælder både i Nørrebroparken og Mimersparksen. ***Ophold indenfor banernes indhegning vil være brud på forsamlingsforbuddet!*** Spillere som bringes til banerne af forældre, skal afleveres i mødezonen.

Hjælp jeres børn med at huske en fyldt drikkedunk, komme på toilettet inden træning, at komme afsted til tiden, samt få vasket/sprittet hænder af og sørg for at de forstår hvilken indgang og udgang de skal benytte sig af før og efter træning.

Nørrebro United forventer, at alle medlemmer og trænere passer på hinanden og efterkommer både myndighedernes generelle regler samt klubbens retningslinjer for den særlige træning og adfærd, der gælder under Corona-krisen.

Hvis myndighederne i forbindelse med adfærd på anlægget finder anledning til at uddele bøder, vil disse være personlige og ikke være et anliggende for klubben.



INFORMATION

SÅDAN GØR VI...

Opdeling af stamhold i træningsgrupper - Trænerpåsætning

For at overholde forsamlingsforbuddet på højst 9 spillere + 1 træner, skal trænerne på hvert stamhold lave træningsgrupper med maks. 9 spillere og en træner/voksen, samt fordele tildelte banetid, så alle får et træningstilbud.

Derfor håber vi, at der er et par forældre, der vil melde sig til at hjælpe i forbindelse med træningen. Vi håber derfor, at I vil hjælpe til i denne særlige tid, hvis træneren spørger jer. Vi får brug for al den forældreopbakning og støtte, vi kan få.

Din træner vil indenfor nærmeste fremtid sende dig nærmere oplysninger omkring opstarten; herunder træningsgrupper, træningstid, træningsbane og gruppens træner/voksne ud til alle spillere på stamholdet.

Træningstider

Der er lavet en træningsplan, der gælder under denne særlige periode. Det betyder, at nogle vil opleve andre træningsdage, tidspunkter, samt stamhold og årgangshold, der træner forskudt af hinanden.

Alle bedes rette sig efter denne baneplan, samt de træningsgrupper trænerne laver, så vi sammen kommer godt igennem denne periode.

Hvis et hold/årgang ikke vil gøre brug af tildelte træningstid(-er), meddeles det til:

Nørrebroparken: kim@nbunited.dk

Mimersparken: torben@nbunited.dk

Guideordning

I den første tid, vil Nørrebro United stå med to personer ved begge anlæg for at hjælpe med og guide spillere, forældre og trænere i henhold til retningslinjerne.

Afvaskning af materialer

Efter hver træning skal bolde, kegler og veste vaskes.

Der stilles vand, sæbe og vaskebaljer frem til at træneren kan vaske bolde og kegler, mens veste smides i vasketøjskurve. Kontoret vasker næste morgen alle veste.

Alle trænere i Nørrebro Uniteds trænertøj (trøje eller jakke er nok)

Har du ikke trænertøj fra Nørrebro United kan du skrive til kontor@nbunited.dk, ringe til 60 79 61 40 eller kontakte guiderne.

Mødezone

Der er afsat tid mellem hvert træningspas til, at holdene kan komme ud - dernæst ind på banen, så vi aldrig er mere end 10 pr. bane og maks. 40 indenfor indhegningen.

Yderligere for at undgå, at vi samles for mange ved ind- og udgangene mellem træningerne, er der lavet retningslinjer for, hvor træningsgrupperne indtræder og forlader banen.

Der opfordres til, at møde til tiden (*ikke før*) og gå direkte hen til træningsgruppen på træningsbanen. Er dette ikke muligt, kan træningsgrupperne mødes i mødezonerne (*Se baneplanerne*). Forsamlingsforbuddet gælder fortsat i mødezonerne, og er ligeledes på eget ansvar.



RETNINGSLINJER FOR ALLE

- Sundhedsmyndighedernes anbefalinger følges.
- Spillere og frivillige i en risikogruppe skal være ekstra opmærksomme ift. genstart af træning.
- Personer med symptomer på COVID-19 bør ikke møde til træning. Personer må først møde til træning igen 48 timer efter symptomerne er ophørt.
- Personer hvis familie har symptomer eller er smittede, skal følge sundhedsstyrelsens anbefalinger for "nære kontakter".
- Hvis børn afleveres af deres forældre, skal dette ske uden for banens indhegning, da der ikke må være tilskuere indenfor indhegningen.
- ***KLUBHUSET ER LUKKET!***



RETNINGSLINJER FØR TRÆNING

- Alle møder omklædt til tiden (*ikke før*) og går direkte til deres træningsgruppe.
- Kun træneren må tage bolde, kegler og veste ud.
- Der hentes et net bolde, en stang kegler og et sæt veste fra materialerummet, som kun må bruges af den enkelte gruppe.
- Der trænes i grupper af maksimum 10 personer (9 spillere + 1 træner).
- Drikkedunke skal medbringes fyldte hjemmefra og må ikke deles med andre.
- Alle spillere og trænere vasker/spritter hænder af, inden de går til træning.



RETNINGSLINJER

UNDER TRÆNING

- Der skal altid være én træner eller voksen til stede pr. gruppe, der er iført Nørrebro United-tøj.
- Træningen tilrettelægges, så man kun har sporadisk kropskontakt.
- Under træning er det kun den ansvarlige træner/voksne, der må flytte kegler og mål.
- Hovedstød til bolden begrænses.
- Boldkontakt med hænderne begrænses mest muligt i træningen med undtagelse af målmanden, der skal bruge **EGNE** handsker, som skal være vasket af før træning.
- Der må ikke skiftes ud i grupper under træning.
- De enkelte grupper skal holdes separate og må ikke træne med hinanden under træning.



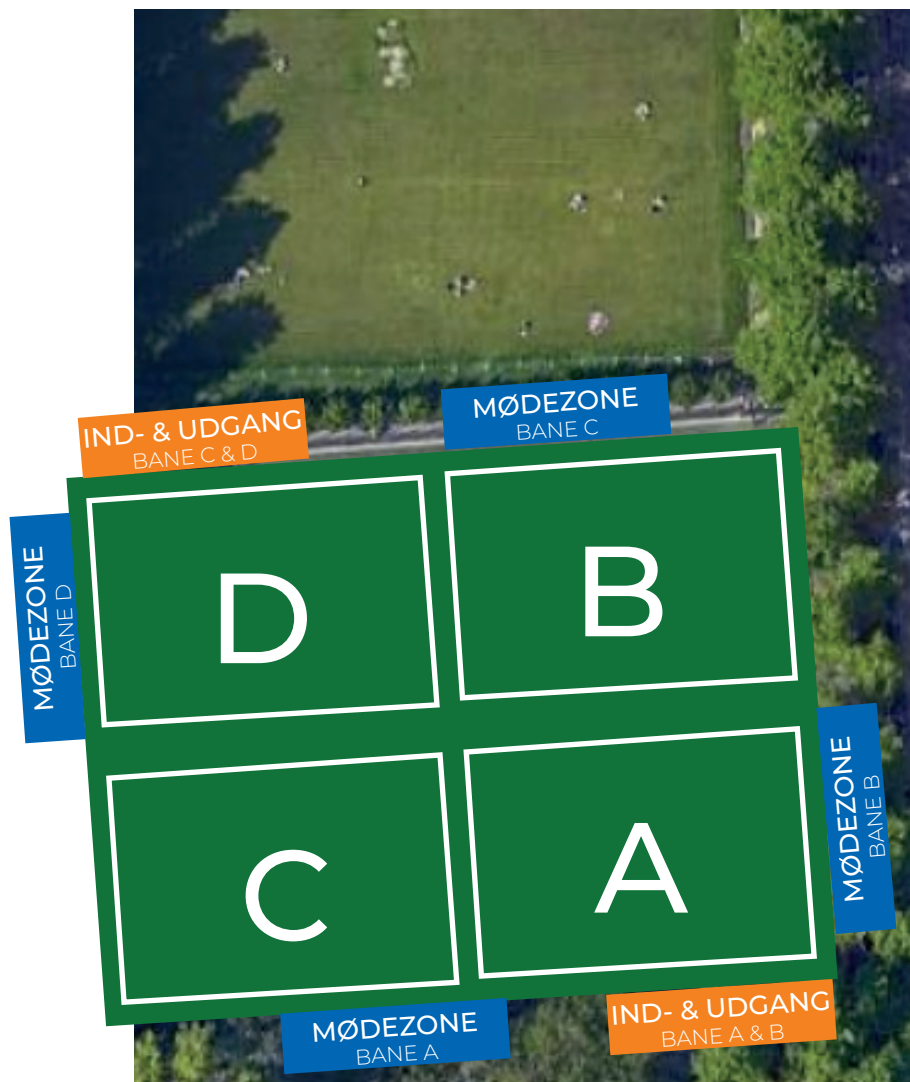
RETNINGSLINJER EFTER TRÆNING

- Alle forlader banen lige efter træningen er slut.
- Anlægget skal forlades alene, ikke i grupper.
- Træneren vasker bolde og kegler ved materialerummet. Der stilles vand, sæbe og vaskebaljer frem. Bolde smides i metalburene, hvor de vaskes med vandslange.
- Træneren smider veste i vasketøjskurve i materialerummet.



BANEPLAN

NØRREBROPARKEN



MANDAG	BANE A	BANE B	BANE C	BANE D
16:15 - 17:15	U7 Brasilien	U7 Cameroun	U7 England	U7 England
17:30 - 18:30	U10 Cameroun	U10 Cameroun	U9 Tyskland	U9 Tyskland
18:45 - 19:45	U10 Japan	U10 Japan	U11 USA	U11 USA
20:00 - 21:00	7M LH	7M LH	7M BV	7M BV
21:00 - 22:00	7M AM	7M AM	7M Fælles	7M Fælles
TIRSDAG	BANE A	BANE B	BANE C	BANE D
16:15 - 17:15	U9 Spanien Brasilien	U9 England	U9 Frankrig Danmark	U9 Frankrig Danmark
17:30 - 18:30	U9 Argentina Cameroun	U9 Argentina Cameroun	U9 Wildcats	U9 Wildcats
18:45 - 19:45	U10 Spanien	U10 Spanien	U10 Tirsdag	U10P Tirsdag
20:00 - 21:00	7M Kvinder	7M Kvinder	7M Kvinder	7M Kvinder
21:00 - 22:00	7M Kvinder	7M Kvinder	7M Kvinder	7M Kvinder
ONSDAG	BANE A	BANE B	BANE C	BANE D
16:15 - 17:15	U8 Argentina	U8 Argentina	U8 Brasilien	U8 Brasilien
17:30 - 18:30	U8 Cameroun	U8 Cameroun	U8 Danmark	U8 Danmark
18:45 - 19:45	U10 Danmark	U10 Danmark	U10 Danmark	U10 Danmark
20:00 - 21:00	7M AB	7M AB	U19 Dreng	U19 Dreng
21:00 - 22:00	7M FP	7M FP	7M Kingo	7M Kingo
TORS DAG	BANE A	BANE B	BANE C	BANE D
16:15 - 17:15	U6 Argentina Cameroun	U6 Argentina Cameroun	U6 Brasilien	U6 Brasilien
17:30 - 18:30	U11 C	U11 C	U11 Sverige	U11 Sverige
18:45 - 19:45	U11 A	U11 A	U11 B	U11 B
20:00 - 21:00	All Star	All Star	Veteran	Veteran
21:00 - 22:00	All Star	All Star	Veteran	Veteran



BANEPLAN MIMERSPARKEN



MANDAG	BANE F	BANE G	BANE H	BANE I
16:15 - 17:15	2013 Spanien	2015 Mimersparken	2013 Piger	TFT Mandag
17:30 - 18:30	U12 Piger	U12 Piger	U13 Piger	U13 Piger
18:45 - 19:45	U19 Dreng	U19 Dreng	11M Herrer	11M Herrer
20:00 - 22:00	Babylon			
TIRSDAG	BANE F	BANE G	BANE H	BANE I
16:15 - 17:15	2015 Lundtoftegade	2014 Banana	2014 Malawi	TFT Tirsdag
17:30 - 18:30	U13 dreng	U13 Dreng	U12 Piger	U12 Piger
18:45 - 19:45	U15 Dreng	U15 Dreng	U16 Piger	U16 Piger
20:00 - 22:00	11M Kvinder	11M Kvinder	Fodbold Fitness	Fodbold Fitness
ONSDAG	BANE F	BANE G	BANE H	BANE I
16:15 - 17:15	2014 Lundtoftegade	TFT Onsdag	2013 Sverige	U13 Piger
17:30 - 18:30	U12 Dreng	U12 Dreng	U12 Dreng	U12 Dreng
19:00 - 20:30	Babylon			
20:30 - 22:00	11M Herrer	11M Herrer	11M Herrer	11M Herrer
TORSDAG	BANE F	BANE G	BANE H	BANE I
16:15 - 17:15	2015 Stengade	TFT Torsdag	U12 Dreng	U12 Dreng
17:30 - 18:30	U13 Dreng	U13 Dreng	U15 Dreng	U15 Dreng
18:45 - 19:45	Warriors	Warriors	U16 Piger	U16 Piger
20:00 - 22:00	11M Kvinder	11M Kvinder	Fodbold Fitness	Fodbold Fitness

