



# **Anvisningar för tävling och träningsverksamhet med anledning av covid-19-pandemin**

***Gäller för verksamhet för barn, ungdom och äldre  
fr o m 2021-06-01 och tillsvidare***

Kontakt:  
Riksidrottsförbundet  
[corona@rfsisu.se](mailto:corona@rfsisu.se)  
DSF:s kansli  
[kansli@danssport.se](mailto:kansli@danssport.se)

Syftet med detta dokument är att vägleda föreningar och deltagare så att verksamhet inom danssport kan bedrivas på ett ansvarsfullt sätt under den rådande pandemin. Alla förbund har stort ansvar för verksamhet som sanktioneras av förbundet, i DSF:s fall gäller det tävlingar och utbildningar. Dock har varje enskild individ ett eget ansvar för att förhindra smittspridning, så i alla grupper av personer behöver alla ta sitt ansvar.

Anvisningarna kan komma att uppdateras om ny information framkommer eller om förändringar i de råd, riktlinjer och anvisningar kommuniceras av myndigheterna. Annars gäller detta tills vidare. Aktuell version av dessa anvisningar finns tillgänglig på [danssport.se](http://danssport.se)

**Det är varje förenings ansvar att hålla sig informerad om den egna regionens rekommendationer och anvisningar.**

## Allmänna råd

För att undvika smittspridning bör föreningar inom Svenska Danssportförbundet:

- när det är möjligt hålla träningar och andra aktiviteter utomhus
- minimera antalet personer som närvarar samtidigt eller på annat sätt undvika trängsel
- endast genomföra matcher och tävlingar i mindre omfattning
- endast genomföra mindre läger och cuper.

*Råden ovan gäller för alla åldrar.*

Läs mer om vad de allmänna råden innebär för idrotten i stort [här](#).

Folkhälsomyndigheten har uppmärksammat vikten av folkhälsa och DSF vill självklart att dansverksamheten ska fortgå för att främja folkhälsan i landet. Det är i slutändan varje förening som beslutar vilken verksamhet som kan starta upp igen.

## Pandemilagen

Riksdagen har beslutat om den så kallade pandemilagen som gäller från den 10 januari 2021. Från den 1 juni gäller olika maxantal – från 8 till 500 – vid offentliga tillställningar som idrottsevenemang med publik och tävlingar i skog, på väg och vatten. I lagen finns också särskilda begränsningar för gym, idrottsanläggningar och badhus som är öppna för allmänheten. Läs mer om vad pandemilagen innebär för idrotten [här](#).

Pandemilagen utgår från lokalen och om den är öppen för allmänheten. Nedan parametrar gör att förenings lokaler omfattas av pandemilagen:

- Om lokalen används för idrottsverksamhet.
- Om föreningen erbjuder verksamhet för sina medlemmar, om än uppdelade i fasta träningsgrupper, är lokalen att anse som öppen för allmänheten.
- Idrottsverksamhet i lokaler som är öppna för allmänheten.

I ett förtydligande från Riksidrottsförbundet har DSF fått information om att pandemilagen gäller för en lokal eller anläggning för idrottsverksamhet och då ska ett maxantal bestämmas utifrån respektive lokals ytan.

Därutöver ska föreningen i sin verksamhet följa Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd (om allas ansvar att förhindra smitta av covid-19).

Detta kan innebära att Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd är mer begränsande än vad Pandemilagen medger.

## Tävling

17 maj 2021 kom myndigheterna ut med uppdaterade restriktioner gällande tävling, vilket innebär att detta gäller från och med 1 juni 2021.

Enligt Folkhälsomyndighetens allmänna råd bör föreningar endast ordna tävlingar i mindre omfattning. För danssporten i Sverige innebär det:

- **ett färre antal deltagare**
- **färre antal grenar och klasser**

Detta gäller inte digitala tävlingar.

## Träning

Den som arrangerar träningen har ansvar för att vidta lämpliga åtgärder för att undvika smittspridning.

Nedanstående gäller för föreningar som vill arrangera träning:

- **när det är möjligt hålla träningar och andra aktiviteter utomhus**
- **minimera antalet personer som närvarar samtidigt eller på annat sätt undvika trängsel**
- **antal deltagare baseras på träningsområdets storlek, se pandemilagen**
- **Den som är sjuk, även med milda symtom, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma**

Vid pardans:

- Enbart med ordinarie danspartner vid varje tillfälle
- Ingen närkontakt paren emellan

Vid solodans:

- Håll avstånd till varandra innan och efter träningen

## Uppvisningar

Aktiviteter med publik räknas som offentliga tillställningar, och då gäller [pandemilagen](#). De som arrangerar uppvisningen har ansvar för att minska risken smittspridning och ta hänsyn till de övriga rekommendationerna i detta dokument.

## Läger

Föreningar kan arrangera läger i mindre skala, läs mer information om läger [här](#).

## Utbildningar och möten

Sådana träffar bör genomföras digitalt. Det uppmuntras att utbilda dansare, ledare och funktionärer men att det sker digitalt.

[Här](#) finner ni mer konkreta tips på hur ni kan genomföra ett årsmöte i digitalform i Coronatider.

## Arrangörer ansvarar för att ta fram rutinbeskrivningar eller handlingsplaner för följande:

- Rutin för att säkerställa träning och tävlings lokalernas/ytans storlek i förhållande till antal utövare och fysisk distansering.
- Checklistor och vid behov samverkan med fastighetsägaren (ofta kommunerna) avseende rengöring av lokaler och redskap, samt påfyllning av tvål och handsprit. Här kan man också skapa en karta över områden som används för träning, handtvätt, ankomst/avgång inklusive utrustning.
- Rutiner för att säkerställa avstånd och rimliga flöden i områden där trängsel kan uppstå. Överväg åtgärder som kömarkering, att använda vissa dörrar endast för in- eller utgång, låsning av dörrar etc. Fokusera på trånga områden som korridorer och toalettutrymmen.
- Rutin för sjukdom som uppstår under träning.
- Träningsplanering inklusive ankomst/avgång, pauser, tvättställ, köer, osv.
- Tillse att deltagare inte kommer för tidigt till träning eller stannar efter träningen slut, eller att fler än de som ska träna följer med in i lokalen.

Säkerställ att tränare/arrangörer och deltagare har god kännedom om restriktioner och rutiner.