



## PROTOKOLL FOR BARNE- OG UNGDOMSRUGBY

### Innhold

0. Forord/Innledning .....	2
1.0 Ansvar .....	2
2.0 Smitteforebyggende tiltak.....	3
2.1 Hygienetiltak.....	3
2.2 Andre tiltak .....	3
3.0 Opplæring og informasjon.....	4
4.0 Treningsaktiviteten.....	4
5.0 Kamper .....	6
5.1 Generelt.....	6
5.2 Dommere.....	6
6.0 Kamper og arrangementer med publikum.....	6
7.0 Rapportering.....	7

**Adresse:**

**Norges Rugbyforbund**  
Idrettens Hus  
Sognsveien 73  
N-0840 Oslo, Ullevål  
Norway

Org.nr.: 979 922 566,  
e-mail: [rugby@nif.idrett.no](mailto:rugby@nif.idrett.no)  
[www.rugby.no](http://www.rugby.no)

## 0. Forord/Innledning

Dette dokumentet inneholder retningslinjer for ordinær trening og konkurranse for spillere opp til og med 19 år, som ikke omfattes av toppidretten, heretter kalt barne- og ungdomsrugby.

Disse retningslinjene er laget med basis i det arbeidet Norges Håndballforbund har lagt ned i sine ulike protokoller og som Norges Rugbyforbund har fått tilgang til å benytte.

**Retningslinjene er ment å være spisse nok til at de reduserer smittefaren, og enkle nok til at de kan etterleves.**

Det er i utarbeidelsen lagt vekt på:

- Retningslinjene skal være enkle og tydelige, og regulere aktiviteten på en måte som reduserer faren for smittespredning i idretten eller fra idretten og til omverdenen.

**Vi gjør særskilt oppmerksom på at kommunene kan innføre strengere smittevernregler enn hva som er fastsatt av nasjonale helsemyndigheter. Dette med bakgrunn i smittesituasjonen i den enkelte kommunen.**

### 1.0 Ansvar

Det er Norges Rugbyforbunds ansvar å utarbeide relevante og godkjente retningslinjer for all Rugbyaktivitet.

Det er klubbens ansvar v/leder at all aktivitet i klubben skjer i samsvar med idrettens så vel som offentlige myndigheters krav.

Det er trenerens ansvar å planlegge og gjennomføre aktivitet som er i samsvar med de gitte retningslinjene.

Det er spiller og spillers foresatte/verger som er ansvarlig for at den enkelte spiller retter seg etter de krav som stilles for deltagelse i aktiviteten.

---

Adresse:

**Norges Rugbyforbund**

Idrettens Hus  
Sognsveien 73  
N-0840 Oslo, Ullevål  
Norway

Org.nr.: 979 922 566,  
e-mail: [rugby@nif.idrett.no](mailto:rugby@nif.idrett.no)  
[www.rugby.no](http://www.rugby.no)

## 2.0 Smitteforebyggende tiltak

Smittevernets «gylne treenighet»

- A. Om du føler deg syk – hold deg hjemme – alltid.
- B. God hånd- og hostehygiene skal praktiseres på trening og kamp – alltid.
- C. Hold avstand og unngå nærkontakt utenfor trening og kamp – alltid.

**Husk at alle skal følge 1-meters regelen – til enhver tid – med unntak av spillere i oppvarming og trenings-/kampaktivitet.**

### 2.1 Hygienetiltak

- Alle som deltar i aktiviteten skal desinfisere/vaske hendene:
  - Når man ankommer banen/hallen/treningsområdet.
  - I pauser i treningen (unntatt de spillere som benytter hansker og/eller klister).
  - Når man forlater treningsfeltet.
- Alle som deltar i aktiviteten skal:
  - Unngå hånd til ansiktet.
  - Unngå håndhilsning, klemming, «feiring» og annen unødvendig fysisk kontakt.
  - Hoste i albuekroken eller i et papir som kastes (med påfølgende håndvask/desinfisering).

### 2.2 Andre tiltak

- Spillere, trenere og støtteapparat som tilhører risikogrupper bør i samråd med lege vurdere om de kan delta i aktivitet. Oversikt over risikogrupper finner du [her](#).
- Ved tegn til Covid-19 relaterte symptomer (også lette) skal personen holde seg hjemme. Personen kan ikke delta i klubbens aktiviteter før 1 dag etter at personen er symptomfri.
- Hvis en person i husstanden til spiller, trener eller person i støtteapparat har fått bekreftet Covid-19, skal vedkommende ikke delta i aktivitet. Man skal da følge [Folkehelseinstituttets råd til nærkontakter som er husstandsmedlemmer eller lignende](#) og skal testes for smitte før man igjen kan delta på rugbytrening.
- Spiller/person tilknyttet laget som får bekreftet Covid-19 skal være i isolasjon og følges opp av helse- og omsorgstjenesten.
  - Det er helse- og omsorgstjenesten som beslutter hvem som skal være i isolasjon etter råd gitt av Folkehelseinstituttet. Klubben skal informere spillere, trenere og støtteapparat om smittetilfellet.
  - Laget skal avlyse all aktivitet inntil kommunens helsetjeneste har gitt klarsignal om at laget kan gjenoppta sin aktivitet.
- Den som testes skal ikke delta i noen aktivitet i klubben inntil testresultatet foreligger. Ved negativt testresultat kan aktiviteten gjenopptas.
- Dersom person i klubben/laget har fått bekreftet Covid-19 skal:
  - Lagets treninger avlyses.
  - Kommunelegen kontaktes.
  - Laget/klubben rette seg etter de pålegg/krav som kommunelegen fastsetter.
  - Klubben varsler Norges Rugbyforbund.
  - Laget gjenoppta sin aktivitet først når kommunelegen gir klarsignal om det.

Adresse:

**Norges Rugbyforbund**

Idrettens Hus  
Sognsveien 73  
N-0840 Oslo, Ullevål  
Norway

Org.nr.: 979 922 566,  
e-mail: [rugby@nif.idrett.no](mailto:rugby@nif.idrett.no)  
[www.rugby.no](http://www.rugby.no)

- For å redusere kontakt bør spillere som skal delta i aktiviteten, i tillegg til å følge råd og tiltak som gjelder alle, også følge følgende råd gitt av [Folkehelseinstituttets råd om karantene til «andre nærkontakter»](#).

### 3.0 Opplæring og informasjon

Klubbens leder og personer som leder (eller bistår) i aktiviteten skal gjennomgå opplæring i form av webinar og/eller web-kurs. (NIF er i ferd med å utarbeide et eget web-kurs som alle klubber, lag og spillere kan bruke.)

Klubbens spillere skal gis informasjon/opplæring i NRF og klubbens retningslinjer. Klubben har ansvar for at spillere (født 2007 og tidligere) gjennomfører e-læring om smittevern, når dette foreligger.

Det er klubbens ansvar at foresatte/verger gis informasjon/opplæring i NRF og klubbens retningslinjer knyttet til Covid-19.

### 4.0 Treningsaktiviteten

- Deltagerlister skal føres for hver trening, og oppbevares av trener i minimum 10 dager.
- Treningene kan foregå med nærkontakt mellom spillerne. 1-meters regelen gjelder før, etter og i pauser/opphold i treningen.
- Alle tilknyttet sportslig virksomhet (spillere, trenere, ledere, etc) plikter å følge retningslinjer, råd og anbefalinger fra myndigheter, Folkehelseinstituttet, NIF og Norges Rugbyforbund.
- Spillere med Covid-19 relaterte symptomer skal sendes hjem.
- Det skal ikke være andre til stede på/i/ved treningsarealet enn de som tilhører den treningsgruppen som skal trene.
- Det anbefales fortsatt en gruppestørrelse på maksimalt 20 (eksklusive trener(e)). (Treningsområdets utforming og størrelse må tas med i vurderingen når treningsgruppens størrelse fastsettes.) Flere slike grupper på 20 personer kan samles dersom gruppene holdes adskilt og de enkeltvis og samlet overholder smittevernradene.
- Garderobe- /dusjanlegg kan benyttes, men 1-meters regelen gjelder. Garderobene skal vaskes etter hver gruppes bruk. Dette kan medføre at enkelte garderobes kan benyttes– eller at flere garderobes må tas i bruk. Retningslinjer for renhold finnes [her](#).
- Ansvar for håndtering/plassering av utstyr under treningen (som f.eks. kjepler) fordeles slik at så få personer som mulig bærer/flytter på utstyret. Rengjør utstyret ofte.
- Alle som deltar i aktiviteten skal ha med egen, merket vannflaske til treningsøkten.
- Unngå trengsel der spillerne forventes å lage kø eller samles i klynger. God oppmerking (for eksempel tape på gulvet, markering på bakken e.l.) kan underlette for å holde minst 1-meters avstand der det lett blir kø.
- Treningsgruppene skal i størst mulig grad være de samme, men spillere kan delta på tvers av grupper, lag og idretter.
- Om mulig bør offentlig transport unngås ved reise til/fra trening.

---

Adresse:

**Norges Rugbyforbund**

Idrettens Hus  
Sognsveien 73  
N-0840 Oslo, Ullevål  
Norway

Org.nr.: 979 922 566,  
e-mail: [rugby@nif.idrett.no](mailto:rugby@nif.idrett.no)  
[www.rugby.no](http://www.rugby.no)

---

**Adresse:**

**Norges Rugbyforbund**

Idrettens Hus  
Sognsveien 73  
N-0840 Oslo, Ullevål  
Norway

Org.nr.: 979 922 566,  
e-mail: [rugby@nif.idrett.no](mailto:rugby@nif.idrett.no)  
[www.rugby.no](http://www.rugby.no)

## 5.0 Kamper

### 5.1 Generelt

- Det er tillatt å spille kamp innenfor regionens grenser. Dette omfatter både treningskamper, cupkamper og seriekamper.
- Kamptroppene kan bestå av inntil 20 spillere i tillegg til trenerapparat – dette gjelder uansett kampform. For ordinære seriekamper gjelder reglene for antall spillere som kan delta på kamp.
- Reise til/fra kamp skal gjennomføres etter gjeldende smittevernregler. Om mulig bør offentlig transport unngås til/fra kampen.
- Ansvarlig arrangør skal føre liste over hvem som er til stede. Listen oppbevares i 10 dager. Klubben skal ha en arrangementsansvarlig som skal sikre at smittevernreglene og NRFs retningslinjer følges.
- I tillegg gjelder punktene listet opp under trening. Dette betyr at det skal være 1-meters avstand på innbytterbenk og sekretariat og lagene skal ikke takke for kampen etter endt kamp.
- Ved overnatting kan skoleovernatting benyttes der dette er tilgjengelig. Avstandsregelen skal overholdes. Det skal til enhver tid være en voksen ansvarsperson til stede som passer på at avstandsregelen og andre smitteverntiltak gjennomføres.

### 5.2 Dommere

- Dommere er omfattet av de samme krav til smittevern som øvrige aktører.
- Dommerne skal så langt det er mulig følge 1-meters regelen, men vil i gitte situasjoner måtte fravike avstandsregelen i kraft av sin funksjon og myndighet.
- Dommeren plikter å sette seg inn i idrettens smittevernregler.

## 6.0 Kamper og arrangementer med publikum

- For kamparrangementer i serien og turneringer gjelder:
  - Det totale antall personer i arenaen samtidig, skal ikke overstige 200 stk, dette gjelder spillere og publikum. Trenere, ledere påført kampprotokollen, dommere og andre funksjonærer som står for gjennomføringen av kampene regnes ikke som en del av deltakerantallet. Offentlige myndigheters krav til offisielle reglementer skal etterleves fullt ut. Retningslinjene finner du [her](#).
  - 1-meters regelen skal overholdes alle andre steder enn på banen, under kamp og under oppvarming.

---

Adresse:

**Norges Rugbyforbund**

Idrettens Hus  
Sognsveien 73  
N-0840 Oslo, Ullevål  
Norway

Org.nr.: 979 922 566,  
e-mail: [rugby@nif.idrett.no](mailto:rugby@nif.idrett.no)  
[www.rugby.no](http://www.rugby.no)

- Det skal føres oversikt over ALLE som inngår i arrangementet. Listen skal lagres i 10 dager og så makuleres. Det vil bli utarbeidet en mal/rutinebeskrivelse til hjelp for klubbene.
- Som kamparrangement regnes:
  - Seriekamper
  - Godkjente turneringer
  - Andre kamper der retningslinjene for arrangementer følges fullt ut.
- For anlegg vil det fortsatt være en øvre begrensning på 200 (spillere og publikum) som samtidig kan være til stede på arrangementet. Det vil bli utarbeidet en egen veileder for arrangementer i ulike arenatyper.
- Det skal være utpekt en smittevernansvarlig person for arrangementet. Denne har det overordnede tilsynet med at smittevernreglene til enhver tid overholdes. Det vil bli utarbeidet en veileder for arrangementets smittevernansvarlige.
- For treningssamlinger, rugbyskoler og andre arrangement gjelder de samme regler som er beskrevet for trening og kamp.

## 7.0 Rapportering

- Ved smitte skal utøveren eller dennes foresatte/verge umiddelbart rapportere dette til klubben.
- Klubben skal rapportere smitte inn til NRF som igjen er ansvarlig for å rapportere til NIF. I tillegg skal lokale helsemyndigheter varsles: Det skal rapporteres kjønn og alder på smittet utøver (ikke navn).
- Klubben skal for øvrig følge retningslinjene som er beskrevet i punkt 2.2.

---

**Adresse:**

**Norges Rugbyforbund**

Idrettens Hus  
Sognsveien 73  
N-0840 Oslo, Ullevål  
Norway

Org.nr.: 979 922 566,  
e-mail: [rugby@nif.idrett.no](mailto:rugby@nif.idrett.no)  
[www.rugby.no](http://www.rugby.no)