



SVENSKA KONSTÅKNINGSFÖRBUNDET
SWEDISH FIGURE SKATING ASSOCIATION • ANSLUTET TILL ISU, RF, SOK

Svenska Konståkningsförbundets riktlinjer för tävlingsverksamhet med anledning av Covid-19

Inledning

Idrottsrörelsen har idag över tre miljoner medlemmar och tillsammans kan vi göra skillnad och minska risken för smittspridning. Om vi gör det så ökar chansen att idrotten kan återgå till normalare förhållanden när rådande omständigheter så tillåter. Fysisk aktivitet är bra för folkhälsan, idrott och träning ska därför fortsätta.

Folkhälsomyndighetens nuvarande föreskrifter och allmänna råd gäller till och med den 30 juni 2021. Det innebär att möjligheten att arrangera träning- och tävlingar fortsatt gäller med mycket stora begränsningar. Alla verksamheter i Sverige är skyldiga att, utifrån Folkhälsomyndighetens *föreskrifter och allmänna råd* vidta åtgärder för att minska risken för smittspridning. Dessutom har var och en i Sverige ett *personligt ansvar* att förhindra spridning av Covid -19. Det är viktigt att känna till att covid-19 är en allmänfarlig och samhällsfarlig sjukdom enligt smittskyddslagen och att man därför är skyldig att följa förhållningsregler för att förhindra smittspridning.

Följande riktlinjer gäller för Svenska Konståkningsförbundets SDF och medlemsföreningar och gäller samtliga tävlingsformat. De kan i lämpliga delar även tillämpas vid andra aktiviteter som träning, tester eller läger.

Svenska Konståkningsförbundet följer utvecklingen noga och uppdaterar löpande vår webbsida om Covid-19 och hur vår verksamhet påverkas. Länk till webbsidan och andra myndighetssidor återfinns på sidan 9 i dessa riktlinjer.

Dessa riktlinjer ersätter tidigare utskickade ”*Svenska Konståkningsförbundets riktlinjer kring tävlingsverksamhet med anledning av Covid -19, dat 200831*”

Innehåll

Inledning	2
Generella direktiv	4
Regionala restriktioner	4
Medicinsk egenkontroll	4
Resor, Egen förflyttning till och från tävling	4
Publik	5
Genomgångar	6
Omklädningsrum och övriga lokaler	6
Toaletter	6
Tekniska funktionärer	6
Anpassningar på domarpodiet	7
Bedömare stjärntävlingar	7
Domarrum	7
Ackreditering	7
Tävlingsspecifika förutsättningar för singel, par och isdans	8
Arena	8
Omklädningsrum	8
Före, under och efter din tävlingsklass	8
Tränare	8
Tävlingsspecifika förutsättningar för synkroniserad konståkning	9
Lagvärd	9
Ackreditering	9
Arena	9
Omklädningsrum	9
Före, under och efter tävlingen	9
Riskbedömningar enligt riskbedömningsverktyget	10
Åtterrapporering	10
Mer information	10
Svenska konståkningsförbundets webbsida om Covid-19	10
Folhälsomyndighetens webbsida om Covid-19	10
Riksidrottsförbundets webbsida om Covid-19	10

Generella direktiv

Åkare, tränare, lagmedlemmar, funktionärer, tekniska funktionärer och övriga uppmanas att följa RF:s och Folkhälsomyndighetens rekommendationer och allmänna råd avseende att minska smittspridningen. Generella rekommendationer att följa:

- Stanna hemma även om du bara känner dig lite förkyld
- Tvätta händerna ofta med tvål och varmt vatten, i minst 20 sekunder. Handsprit (eller motsvarande handdesinfektionsmedel) kan vara ett alternativ när du inte har möjlighet till handtvätt.
- Håll en armlängds avstånd till andra, både inomhus och utomhus
- Hosta och nys i armvecket
- Undvik att röra ansiktet med händerna
- Besök inte människor i riskgrupper

Upprätta tydligt ansvar för utökade städrutiner, påfyllnad av tvål/handsprit och pappershanddukar med kommun eller annan anläggningsförvaltare.

Kom ihåg att alltid ha en dialog med polismyndigheten för att säkerställa att evenemanget följer den lokala ordningsstadgan som gäller.

Regionala restriktioner

Regioner kan besluta om lokala restriktioner och till och med stänga ned vissa geografiska områden. Som anmälände förening, åkare och anhörig till åkare är det viktigt att ta reda vilka förutsättningar som gäller för den regionen som man planerar anmäla till/är anmäld till och följa eventuella extra restriktioner.

Medicinsk egenkontroll

Den som är sjuk, även med milda symptom, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande. Symptom att kontrollera är till exempel feber, halsont, hosta, snuva, nästäppa, huvudvärk, illamående, diarré, muskelvärk (ej träningsvärk eller tidigare skada) och om någon annan närstående i familjen uppvisat ovanstående symptom.

Den som får symptom under tävling ska omedelbart lämna allmänna ytor och isolera sig. Arrangören för tävlingen informeras omedelbart.

Ovanstående gäller aktiva, tränare, lagmedlemmar, tekniska funktionärer, nödvändiga tävlingsnära funktioner samt övriga i anläggningen närvarande personer.

Resor, Egen förflyttning till och från tävling,

Så långt det är praktiskt möjligt rekommenderas egna transporter. Resa via kollektivtrafiken ska undvikas i möjligaste mån. Den som behöver resa kollektivt bör, om

möjligt, välja alternativ där det går att boka en sittplats. Resor med färdmedel där det inte går att boka plats, exempelvis spårvagnar, tunnelbanor och stadsbussar, bör undvikas. Håll avstånd till andra resenärer och följ de anvisningar som gäller i övrigt för det färdmedel du reser med. Företagen kan ha särskilda rutiner och anpassningar i verksamheten. Läs därför webbsidorna hos de företag som sköter kollektivtrafiken.

Mer om folkhälsomyndighetens råd vid resa i samband med idrottstävling och evenemang finns att läsa på <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/maj/idrottstävlingar-och-matcher-tillats/>

Fler personer än nödvändigt (tävlande alt. uttaget lag och minimum av övriga lagmedlemmar samt tränare) ska inte resa till tävlingsplatsen.

Publik

Den 22 oktober meddelade regeringen beslutet att höja publikgränsen till 300 personer för vissa idrottsevenemang som har anvisade sittplatser, med avstånd på en meter mellan åskådarna. Undantaget gäller från den 1 november 2020 och så länge arrangörer tar fortsatt ansvar och följer gällande rekommendationer.

Gränsen på 50 deltagare vid offentliga tillställningar och allmänna sammankomster gäller som huvudregel, men regeringen har beslutat om ett undantag från 50-begränsningen för vissa idrottsevenemang:

Den 22 oktober informerade regeringen om beslut om undantag i 50-gränsen för allmänna och offentliga tillställningar: Från och med den 1 november tillåts vissa idrottsevenemang med upp till 300 personer i publiken, under förutsättning att personerna anvisas sittplatser och håller minst en meters avstånd till varandra. Avståndet på minst en meter ska hållas även när man anländer och lämnar evenemanget, rör sig i de publika områdena samt vid eventuella köer eller liknande. Två personer i samma sällskap ska kunna sitta tillsammans utan avstånd mellan sig.

Regeringens beslut om en gräns på 300 i publiken och avstånd på en meter grundar sig på en rekommendation från Folkhälsomyndigheten och gäller förutsatt att smittläget så tillåter.

[Mer info om beslutet hittar du på regeringens webbplats](#)

Det är upp till varje enskild arrangör att välja om man släpper in publik vid sitt arrangemang eller inte. Om publik tillåts så är det arrangörens ansvar att:

- Ta reda på vilka tillstånd som behövs för arrangemanget som offentlig tillställning
- Säkerställa att tävlingen/arrangemanget erhållit eventuella erforderliga beslut från Polismyndigheten
- Säkerställ att anmälan/ansökan om idrottsarrangemang är godkänd <https://polisen.se/tjanster-tillstand/tillstand-ansok/offentlig-tillstallning/#anmalan>
- Ha en tydlig, känd indelning av separata, **avgränsade** zoner för publik, aktiva, tränare, tekniska funktionärer mfl med separata ingångar till anläggningen
- För de kategorier som inte räknas som publik (ex aktiva, tränare, tekniska funktionärer mfl) uppfylla punkterna under rubriken ”ackreditering” i dessa riktlinjer

- Möjliggöra anvisade sittplatser med minst en meters avstånd mellan platserna. Två personer i samma sällskap får dock placeras närmare varandra än en meter
- Skapa förutsättningar för att minst en meters avstånd ska hållas vid hela arrangemanget (ex. in- och utgång från läktaren, toalettköer, in- och utgång från ishallen, serveringsköer)
- Göra en beräkning av tävlingens/evenemangets kapacitet utifrån ovan beskrivna punkter med utgång från hallens utrymmen och publikkapacitet
OBS! En hall/läktare som har 300 platser kan med ovan beskrivna begränsningar endast ha möjlighet att ta in ett mindre antal personer i publiken
- Om publik tilläts tydligt kommunicera hur eventuella biljetter beställs för att säkerställa att begränsningar i publikkapacitet inte överskrids
- Utse ansvarig för att tillse att ovan beskrivna punkter efterlevs genom hela tävlingen/arrangemanget.

Genomgångar

Respektive deltagande förening ansvarar för att ombesörja en genomgång för sina deltagare och tränare kring innehållet i dessa riktlinjer.

Omklädningsrum och övriga lokaler

1. Folkhälsomyndighetens affisch ”*Undvik att bli smittad och att smitta andra*” ska sättas upp i vid inpassering till anläggningen och i dess omklädningsrum. Affischen kan laddas ner från [Folkhälsomyndighetens publikationsarkiv](#)
2. Se över rutiner i lokaler där servering tillhandahålls. Servera endast inplastade smörgåsar, kaffebröd mm. Eventuell lunch serveras i portionsförpackningar.
3. Använd social distansering med minst en armlängds avstånd.
4. Ingen officiell uppvärmning off-ice erbjuds. All uppvärmning på mark sker utomhus/utanför ishallen
5. Säkerställ att tillgång till handsprit finns på flera olika platser i lokalen.
6. Städning sker morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.

Toaletter

1. Användande av toaletterna i ishallen ska minimeras
2. Obligatoriskt att tvätta händerna med tvål och varmt vatten efter varje toalettbesök
3. Endast pappershanddukar eller annat engångsmaterial får användas
4. Tillse att handsprit finns på toaletter
5. Städning sker morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.

Tekniska funktionärer

Tekniska funktionärer tas i första hand från upptagningsområdet, och bör inte tillhöra någon riskgrupp. Planera för tillräckligt med funktionärer om någon blir sjuk

Anpassningar på domarpodiet

1. Placera stolar och bord för den tekniska panelen och tekniska funktionärerna med 1,5 meters avstånd på podiet.
2. Arrangören ansvarar för att tillhandahålla två extra bildskärmar (med HDMI-kontakt) för att möjliggöra extra avstånd för den tekniska panelen. På förbundstävling stäm av med teknisk support för rätt anslutning till övrig utrustning. På A- och klubbtävling stäm av med distriktet. Punkten berör inte stjärntävlingar.
3. De tekniska funktionärerna ska använda samma headset under pågående tävling.
4. Ingång till podiet sker i lottad domarordning + placering för tekniska panelen.
5. Headset och datorer rengörs av teknisk support efter genomförd tävling.

Bedömare stjärntävlingar

1. Placera stolar och bord för bedömare med 1,5 meters avstånd.
2. Bedömarnas dialog äger rum efter tävlingsåket, vilket kan påverka bedömningstiden.
3. I syfte att underlätta dialogen mellan bedömarna kan – om möjligt - distriktets kommunikationssystem eller liknande lösning användas

Domarrum

1. Avsätt antingen fler eller större lokaler för tekniska funktionärer så det går att hålla 1,5 meter i avstånd. Gäller även för mötesbord. Teknisk panel inklusive teknisk support bör ha ett rum och domarna ett rum.
2. Se över rutiner i lokaler där servering för ex. tekniska funktionärer och funktionärer tillhandahålls. Servera endast inplastade smörgåsar och kaffebröd mm. Lunch serveras i portionsförpackningar.

Ackreditering

1. För att begränsa antalet personer som befinner sig på tävlingen samt för att säkerställa att endast behöriga personer har tillträde ska ackreditering användas vid samtliga tävlingar (förbundstävlingar, klubb- och stjärntävlingar).
2. Ackreditering ges endast till deltagande åkare, max 1 tränare/5 tävlande, tekniska funktionärer samt nödvändiga tävlingsnära funktionärer.
3. Ansökan om ackreditering ska vara föranmäld och görs i samband med tävlingsanmälan.
4. I samband med ackrediteringen hämtas ut säkerställs att deltagande föreningar, tekniska funktionärer och övriga berörda fått information om tävlingens upplägg, riktlinjer, råd och rekommendationer.

Tävlingsspecifika förutsättningar för singel, par och isdans

För att undvika trängsel i bl. a omklädningsrummen kan en längre paus med fördel göras mellan tävlingsklasser.

Arena

1. Säkerställ att tillräckligt plexiglas finns nedtaget för att möjliggöra för tränarna att hålla minst 1,5 m mellanrum vid sargen under uppvärmning.
2. Då arrangemanget genomförs utan publik behöver ansvarig utses för att säkerställa att detta efterlevs.
3. Med tanke på restriktionerna kan ingen annan verksamhet äga rum i ishallen parallellt med tävlingen.

Omklädningsrum

1. Se till att det finns tillräckligt med omklädningsrum för att undvika trängsel.
2. Om möjligt dela in omklädningsrum enligt startordning så inte för många personer vistas i omklädningsrummet samtidigt.
3. Endast åkare i aktuell tävlingsklass ska vistas i omklädningsrummet. Var så kort tid som möjligt i omklädningsrummet före och efter du tävlat.

Före, under och efter din tävlingsklass

1. Åkarna går ut till uppvärmning med minst 1,5 m mellanrum alternativt går ut i olika omgångar alternativt genom olika ingångar varpå fler grindvakter behövs
2. Varje åkare har sin personliga vattenflaska, INGA ”allmänna” flaskor
3. Åkarna lämnar isen efter uppvärmning med minst 1,5 m mellanrum.
4. Vid sitt tävlingsåk går åkaren på isen genom en sargdörr och lämnare isen genom en annan sargdörr.
5. Åkare som genomfört sitt program får vara kvar i ishallen och följa tävlingen så länge den egna tävlingsklassen pågår, förutsatt att det finns tillräckligt med läktarplats för att hålla minst 1,5 m mellanrum.
6. Direkt när en tävlingsklass är avslutad ska samtliga klassens deltagare lämna ishallen
7. Minnesplakett överlämnas i samband med avslutad friåkning.
8. Ingen samlad prisutdelning/medaljceremoni genomförs.

Tränare

1. Tränarna håller minst 1,5 m mellanrum vid sargen.
2. Direkt när din åkares tävlingsklass är avslutad ska du lämna ishallen

Tävlingsspecifika förutsättningar för synkroniserad konståkning

Lagvärd

En lagvärd möter upp laget vid entré vid tidpunkt för att komma in i ishallen. Lagvärden följer sedan laget för att säkerställa att tidsschema samt flöden efterlevs.

Ackreditering

1. En lagmedlem hämtar ut ackreditering till hela laget enligt förutbestämt tidsschema.
2. I samband med ackreditering erhåller laget en skiss över anläggningen där lagets omklädningsrum, flöden i hallen, in- och utgångar till isen markerats samt ett detaljerat tidsschema över vilka tider laget får vistas i ishallen.

Arena

1. Då arrangemanget genomförs utan publik behöver ansvarig utses för att säkerställa att detta efterlevs.
2. Med tanke på restriktionerna kan ingen annan verksamhet äga rum i ishallen parallellt med tävlingen.

Omklädningsrum

1. Lagen har tillträde till sitt omklädningsrum 15 minuter innan laget gått på is för samlad tränings- och tävlingspass. Laget ska senast 15 minuter efter att lagen fått sina poäng lämna omklädningsrummet.
2. Ett lag disponerar ett omklädningsrum under anvisad tid. Tänk på att omklädningsrummen är tillräckligt stort nog att rymma ett lag inkl övriga till laget ackrediterade personer.
3. Samtliga personer som ackrediterade för laget ska vistas tillsammans i omklädningsrummet.

Före, under och efter tävlingen

1. Digital lottning av startordning genomförs senast dagen före första tävlingsdagen
2. Lagen erbjuds 10/12¹ minuters träning på is samt 5 minuters återhämtning då laget är kvar på isen. Under träningen spelas programmusiken två (2) gånger.
3. Efter 5 minuters återhämtning påbörjas uppvärmningen om 1 minut innan laget kallas till start och har ½ minut att ställa upp
4. Nästa lag lämnar omklädningsrummet när föregående lag gått tillbaka till sitt omklädningsrum.
5. Laget lämnar ishallen efter respektive sista omklädningsrumstid
6. Varje åkare har sin personliga vattenflaska, INGA ”allmänna” flaskor
7. Minnesplaketter överlämnas i samband med att laget väntar på poäng.
8. Ingen gemensam medaljceremoni genomförs.

¹ Antal minuter enligt regler

Riskbedömningar enligt riskbedömningsverktyget

För att säkerställa verksamheten ska samtliga arrangörer använda Svenska Konståkningsförbundets riskbedömningsverktyg för konståkningstävlingar. Verktyget kan hämtas på

Återrapportering

Om någon deltagare vid arrangemanget (aktiv, tränare, teknisk funktionär eller person ur arrangörsstaben) insjuknar inom 14 dagar efter avslutat arrangemang ska detta återrapporteras till Svenska Konståkningsförbundet för att underlätta smittspårning. [Webbformulär för återrapportering](#)

Mer information

Svenska konståkningsförbundets webbsida om Covid-19

<https://www.svenskkonstakning.se/InformationomcoronavirusCovid-19/>

Folhälsomyndighetens webbsida om Covid-19

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/>

Riksidrottsförbundets webbsida om Covid-19

<https://www.rf.se/coronavirusetochidrottsrorelsen/>