

# Velkommen til håndballkamp i Ranheimshallen!

Hei og velkommen til bortekamp i Ranheimshallen. Vi tar smittevern på alvor slik at det skal oppleves trygt å komme til oss.

## Til enhver tid gjelder smittevernets «Gylne Treenighet»:

1. Om du føler deg syk – hold deg hjemme – alltid.
2. God hånd- og hostehygiene skal praktiseres på trening og kamp – alltid.
3. 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.**

Her kommer praktisk info som må formidles internt i deres lag **før** dere ankommer Ranheimshallen.

- **ALLE må registrere seg ved ankomst** med navn, telefonnummer og klubbtilhørighet
  - Lister ligger på bordet når dere kommer inn i hallen
  - Spillere og støtteapparat kan levere ferdige lister til hallvakta hvis de har
- **Begrens oppmøtetid** til så nær kampstart som mulig
  - Innslipp hall skjer tidligst 30 minutter før kampstart
  - Dette fordi de som eventuelt spiller kamp før dere må ut av hallen først og tribuner ol må rengjøres
  - Hvis lagene ønsker garderobe må hallvakt kontaktes ved innslipp slik at garderobe låses opp
    - **NB! HUSK** at lagene som bruker garderober selv må rengjøre den før og etter bruk, selv om dere ikke dusjer – utstyr for vask står i garderoben
  - Vi anbefaler oppvarming ute, men det er også mulig å benytte rød dekke til løping – men **INGEN** ballaktivitet på rød dekke!
  - Dere får tilgang til ballflata så fort lagene før dere har forlatt banen
- **Tilskuere** må vente ute eller i sine biler så nært opp til kampstart som mulig. Hvis det ikke pågår kamp i hallen er publikum velkommen inn
  - **NB! Vi tillater kun 1 tilskuer pr spiller for å overholde smittevernreglene**
  - Men husk at de må registrere seg ved innslipp
  - Så bevege seg direkte til tribunen, hvor avstandsregelen må følges
  - Etter kampslutt MÅ tilskuerne bevege seg ut av hallen
  - **INGEN** får oppholde seg i vrangleareal eller ganger
- Spillere og støtteapparat må gå til sine garderober (hvis de har garderobe) og forlate hallen så raskt som mulig etter endt kamp.
- **Inn og utslipp** skjer gjennom hovedinngang til hallen