

### **Følgende nasjonale koronavettregler gjelder fra og med 27. mai 2021:**

Vi minner om at vi til enhver tid må følge oppdaterte nasjonale og lokale tiltak.

## **Idretts- og fritidsaktiviteter**

- Barn og unge under 20 år kan trene og delta på fritidsaktiviteter som normalt. De unntas fra anbefalingen om en meters avstand når det er nødvendig for å drive med aktiviteten.
- Dersom barn og unge trener/øver med et lag, foreningen eller lignende i en annen kommune, vil de kunne konkurrere med dette laget/denne foreningen så lenge smittesituasjonen tillater det.
- **Lag fra små kommuner som ikke har andre motstandere i kommunen, kan reise til nabokommunen for å konkurrere såfremt kommunene har samme smittetilstand (Nytt!)**
- Barn og unge under 20 år som driver med idretter som ikke innebærer nærkontakt, som ski, kan delta i idrettsarrangementer utendørs som samler deltakere fra samme idrettskrets eller region der region brukes som geografisk inndeling
- **Voksne kan drive organisert aktivitet innendørs i grupper på inntil 20 personer (Nytt!), så lenge de kan holde minst én meters avstand. Flere grupper kan være aktive samtidig, forutsatt at de holdes adskilt i ulike kohorter.**
- Utendørs kan voksne drive organisert aktivitet i grupper på opptil 30 personer, så lenge de kan holde minst én meters avstand. Flere grupper kan være aktive samtidig, forutsatt at de holdes adskilt i ulike kohorter.
- Toppdrettsutøvere kan trene som normalt, både utendørs og innendørs.

## **REGLENE FOR ARRANGEMENTER ER SOM FØLGER:**

- **Maks 50 personer (Nytt!) på innendørs arrangement uten faste tilviste sitteplasser, men likevel inntil 100 personer (Nytt!) på idretts- og**

kulturarrangement som samler deltakere under 20 år som tilhører samme kommune.

- **Maks 200 personer** på arrangementer innendørs hvor alle i publikum sitter på faste, tilviste sitteplasser. (Nytt!)
- Maks 200 personer på arrangementer utendørs, men 600 personer (fordelt på 3 kohorter á 200 personer) hvis de sitter på faste tilviste plasser og det er to meters avstand mellom kohortene.
- Arrangøren skal iverksette tiltak for å ivareta krav til avstand mellom deltakere som ikke er i samme husstand på arrangementer der publikum sitter på faste, tilviste sitteplasser. Om det er nødvendig skal det benyttes vakthold for å sikre dette.