



## NOTAT

<b>Innhold</b>	Veileder for treningsvirksomheter (innendørs) og svømmehaller under Covid-19 pandemien
<b>Sist oppdatert</b>	16. april 2021
<b>Utarbeidet av</b>	Miljøenheten ved kommuneoverlege miljørettet helsevern

Trondheim kommune har sammen med representanter fra treningsvirksomheter og svømmehaller utarbeidet denne veilederen. For generelle råd og anbefalinger vises det til [veileder utarbeidet av Standard Norge](#) i samarbeid med representanter for arbeidsgiverorganisasjoner og treningsentre, [Virke sin smittevernveileder for treningsvirksomheter](#) samt [FHIs råd til svømmehaller og badeanlegg](#).

Denne veilederen er oppdatert etter nye nasjonale krav i Covid-19 forskriften fra 16. april 2021. De nasjonale reglene er myknet opp, slik at man ikke lenger må være bosatt i Trondheim for å kunne trene her. Den nasjonale *generelle* anbefalingen om to meters avstand mellom personer er justert tilbake til en meter. Trondheims lokale Covid-19 forskrift slår fortsatt fast at det skal være minimum to meter avstand mellom personer under fysisk aktivitet. Se mer under kapittelet om "Adgangsbegrensninger og avstandskrav".

## Formål

Veilederen tydeliggjør krav og rettleder treningsvirksomheter og svømmehaller i å etterleve gjeldende nasjonale og lokale råd og anbefalinger, i tillegg til regler i [midlertidig lokal forskrift for Trondheim kommune](#) vedtatt av formannskapet i Trondheim 2. mars. Lokale krav gjelder foreløpig til 21. april 2021 og vil sannsynligvis bli forlenget.

Følgende krav som er vedtatt i lokal forskrift er særlig relevant for treningsvirksomheter og svømmehaller i Trondheim:

- Det er anbefalt bruk av munnbind i lokaler for kultur-, trenings-, sports- og fritidsaktiviteter, hvor det ikke er mulig å holde en meters avstand. Anbefalingen om munnbind gjelder ikke utøver under selve kultur- eller idrettsaktiviteten.
- Private treningsentre, fysikalske institutt etc. kan holde åpent dersom det sørges for at det overholdes minst to meters avstand mellom de besøkende som driver fysisk aktivitet.

Veilederen skal bidra til at treningsvirksomheter og svømmehaller fastsetter et maksimalt antall kunder for sitt lokale som kan være der samtidig og fører kontroll slik at avstandskravene på henholdsvis en og to meter overholdes. Antall besøkende skal fastsettes gjennom risikovurdering.



# TRONDHEIM KOMMUNE

Videre skal virksomhetene oppfordre til at anbefaling om bruk av munnbind etterleves etter gjeldende føringer gitt i veilederen. Avstandskrav og anbefaling om munnbind skal bidra til å redusere potensialet for smitte og oppnå smittevernmessig trygg aktivitet.

Nasjonal [covid-19 forskrift](#) kan endres og vil alltid være overordnet lokal veileder. Det kan ikke gis lokale unntak fra nasjonale krav gitt i nasjonal forskrift. Lokal forskrift kan angi strengere regler enn den nasjonale, og det er dermed alltid de strengeste reglene som er gjeldende.

## Ansvar

### Virksomhetens ansvar

- Hver virksomhet har etter nasjonal forskrift selv ansvar for å drive forsvarlig smittevern, og at smitteverntiltakene blir gjennomført.
- Hver virksomhet må gjøre en selvstendig risikovurdering med tanke på smittevern basert på lokalets størrelse og egnethet.
- Virksomheter som alt har innført maksimalt antall besøkende bes vurdere beregningene opp mot lokal forskrift, samt denne veilederen.
- Virksomheten skal selv sikre at maksimalt antall ikke overskrides i egne lokaler, i areal som deles med andre og at påbud om bruk av munnbind etterleves.
- Maksimalt antall kunder, samt informasjon om påbud av munnbind, skal informeres med godt synlige plakater ved inngangsparti og i lokalet.

### Kundenes ansvar

- Kundene har ansvar for å rette seg etter skriftlig og muntlig veiledning i lokalene.

### Kommunens ansvar

- Kommunen har ansvar for å føre tilsyn med at virksomheter etterlever smittevernreglene og gjøre tiltak eller å gi pålegg, dersom smittevernet ikke blir godt ivaretatt.
- Miljøenheten bistår i veiledning til risikovurdering.
- Kontroll og tilsyn gjøres ved hjelp av ansatte fra Miljøenheten Trondheim kommune eller uniformerte vektere som identifiserer seg.
- Virksomheter følges opp der det påvises avvik. Ved mangelfull oppfølging av avvikshåndtering, kan bedriften pålegges stenging av hele eller deler av virksomheten, inntil avvik er lukket.

## Antallsbegrensning og avstandskrav

Private treningsentre, fysikalske institutt, etc. kan holde åpent dersom det sørges for at det overholdes minst to meters avstand mellom de besøkende som driver fysisk aktivitet. Dette inkluderer også at besøkende og ansatte som ikke er driver fysisk aktivitet skal holde to meter avstand til andre som driver fysisk aktivitet. Krav til en meter avstand gjelder for alle besøkende og ansatte, når det ikke utøves fysisk aktivitet.



# TRONDHEIM KOMMUNE

Vi presiserer at hver enkelt virksomhet må gjøre egne vurderinger og iverksette de tiltakene som de mener er nødvendige, ut fra utformingen av lokalene, størrelsen på virksomheten, kundegrunnlaget og praktiske hensyn. Nasjonale råd og anbefalinger skal følges.

Bedriften må foreta en risikovurdering for sin virksomhet og er selv ansvarlig for at drift skjer i samsvar med gjeldende lover og regelverk. Ledelsen er ansvarlig for å sikre en forsvarlig drift og systematisk styring som tar hensyn til smittevern, og plassere ansvar for ulike oppgaver i forbindelse med smittevern rådene.

Utgangspunktet for å beregne maksimalt antall kunder i et lokalet er at alle i lokalet skal kunne holde en meter avstand til hverandre når de ikke utøver fysisk aktivitet, og to meter under fysisk aktivitet (gjelder ikke svømmeaktivitet).

Spesielt utsatte områder vil være i ankomstområder, garderober og dusjanlegg. Fellestrening i saler er også en risikoutsatt aktivitet som krever særskilte tiltak og oppmerksomhet, og det må sikres at kravet om minst to meter mellom deltakere opprettholdes under hele økten.

Det er viktig at det tilrettelegges for minst en meters avstand mellom de som oppholder seg på treningssenteret, på bassengkanten, i garderober og ved dusjing, samt at toalettkapasiteten og muligheten for håndvask er tilstrekkelig med hensyn til antall personer som oppholder seg til enhver tid i virksomheten.

Pleksiglass opphever ikke avstandskravet om to meter for utøvere som driver fysisk aktivitet.

***Alle beregninger av maksimalt antall kunder i lokalet samtidig skal resultere i at kravet til 2 meter mellom alle som utøver fysisk aktivitet i lokalet kontinuerlig kan etterleves.***

## Bruk av munnbind

Det er anbefalt å bruke munnbind i lokaler for kultur-, trenings-, sports- og fritidsaktiviteter hvor det ikke er mulig å overholde avstandskravet om en meter. Anbefalingen om bruk av munnbind gjelder ikke utøver under selve kultur- eller idrettsaktiviteten.

I svømmehaller og badeanlegg gjelder anbefalingen om munnbind for badende besøkende frem til man oppholder seg i våt sone, og etter at man har oppholdt seg i våt sone. For andre, de som ikke bader i løpet av besøket, bør munnbind benyttes.

Anbefalingen gjelder for ansatte på steder hvor det ikke er mulig å holde minst en meters avstand fra besøkende.

Barn under 12 år og personer som av helsemessige eller andre årsaker ikke kan bruke munnbind er unntatt fra påbudet.



## Ansatte som kommer tilbake fra reise

Mange treningscenter har en stor andel studenter blant sine ansatte som ønsker å reise hjem på ferie/i helgene.

- Det anbefales at dere som arbeidsgiver ber om at ansatte som har vært på reise til områder med høyere smittetrykk varsler arbeidsgiver.
- De som har vært på en sånn reise bør være svært obs på symptomer og ha meget lav terskel for å holde seg hjemme fra jobb.
- Vi anbefaler at dere som arbeidsgiver oppfordrer til at de dette gjelder tester seg dag 1 og dag 7. De er ikke karantene og kan jobbe i mellomtiden, men skal altså være observante og holde seg hjemme ved symptomer.

## Besøks- og registrering

Alle virksomheter må loggføre besøkende med dato og klokkeslett for trening.

Virksomheten skal ha et system som sikrer god flyt av besøkende gjennom alle arealer (inngangsparti, passasjer, garderobes, trenings/ bassengområde osv) slik at det ikke oppstår trengsel og at det til enhver tid er mulig å holde anbefalt avstand. Virksomheten må vurdere om det er behov for tidfestet inngang og begrensning i varighet av treningsøkt/ besøk.

## Ytterligere informasjon

Listen under viser kilder til lovpålagte krav, informasjon om gjeldende lokale forskrifter og mer detaljert og utdypende veiledning:

1. [Forskrift om smitteverntiltak \(Covid-19 forskriften\)](#): Det er her dere til en hver tid finner gjeldende nasjonale krav. Forskriften omtaler regler for karantene, innreise, nærkontakt og hva som er smittevernpliktig forsvarlig for ulike yrkesgrupper.
2. Trondheim kommune har egen [hjemmeside om koronainformasjon](#). Her finner dere lokale nyheter og gjeldende lokale forskrifter, råd og anbefalinger. Der vil også Veileder for detaljhandel publiseres.
3. Virke Trening har, i samarbeid med Folkehelseinstituttet, utarbeidet en veileder for treningsvirksomhet, som gir mer generell og detaljert informasjon enn denne veilederen. [Smittevernveileder Virke Trening](#)
4. Standard Norge har, i samarbeid med representanter for arbeidsgiverorganisasjoner og treningscenter, utarbeidet en veileder for treningscenter. Standard Norges [Smitteverntiltak for treningscenter](#).
5. [Folkehelseinstituttet](#) og [Helsedirektoratet](#) har begge egne sider med råd og anbefalinger for treningsvirksomheter og svømmehaller.