



Føler du deg syk,  
**bli hjemme.**



God **hånd- og hostehygiene**  
og forsterket renhold.



Alltid **minst 1 meters**  
**avstand** utenfor aktivitet.



**Alle personer** som deltar i fotballaktivitet  
eller er publikum **skal være registrert** med  
**navn, tidspunkt og telefonnummer.**



**Klubben er ansvarlig** for  
aktiviteten og smittevernet.



Spillere **over 20 år** kan **kun trene**  
**utendørs** med minst 1 meters avstand.



**Barn og unge**, til og med spillere  
som fyller 20 år i 2021, **kan trene**  
**med kontakt** ute og inne.



En gruppe bør være **fast over tid**  
og det anbefales som hovedregel en  
**gruppestørrelse på inntil 20 spillere.**