

Forholdsregler for styrkeløftkonkurrencer i Coronakrisen

Hvis de generelle regler, f.eks. forsamlingsforbud, tillader afholdelse af stævner og mesterskaber, skal følgende overholdes.

Det overordnede mål er at forhindre, at løftere, trænere, officials og andre bliver smittet med Covid 19. De af Folketinget og DIF udstukne regler skal derfor overholdes. Dette vil bl.a. ske ved:

- Stævnelederen har i samarbejde med arrangøren ansvaret for at sikre overholdelse af reglerne i forhold til Covid 19. Stævneudvalget kontakter i god tid arrangøren inden stævnets afholdelse.
- Stævnelederen gør via mikrofonen de tilstedeværende opmærksom på reglerne til forebyggelse af Covid 19.
- Sundhedsstyrelsens blå skilte skal forefindes på stedet; gerne tæt væd indgangen.
- Der skal laves en plan for hyppigheden af rengøring af stang/skiver og podiet, og det skal beskrives, hvordan rengøringen skal finde sted.
- Atleter, trænere, officials m.fl., som er syge eller har symptomer på sygdom, må ikke deltage.
- Under opvarmning skal deltagerne fra samme klub holde sammen (bruge samme stativ) og blande sig så lidt som muligt med andre atleter.
- Det skal sikres, f.eks. under indvejning og kontrol af udstyr og under selve konkurrencen, at folk ikke stimler sammen, men overholder afstandsreglerne. Min. 1 meter. Brug evt. afstandsmarkering. Under kontrol af udstyret har dommerne handsker på.
- Atleter, som er varme og venter på at komme til at løfte, skal have min. 1,5 meter som sikkerhedszone
- Der skal være rigelig adgang til håndvaske og desinfektionsmidler. – Placeringen af dispensere skal tydeligt markeres, så de er lette at få øje på. – Afstandsmarkeringer skal være tydelige.
- Dørhåndtag og hyppigt brugte berøringsflader rengøres regelmæssigt.
- Der skal forefindes papir til at lægge på vægten under indvejningen. Løfteren smider selv papiret i affaldsspanden.
- Løfterne har pligt til inden og efter hvert løft at rengøre hænderne, og løfteren skal afspritte hænderne, før der tages magnesium på. Det er dommernes opgave at sikre overholdelsen heraf.
- Spotterne skal bære mundbind, og det anbefales kraftigt, at dette også gælder sidedommerne, hvis de sidder tæt på løfterne. Overdommeren skal bruge mundbind eller visir og skal sætte sig i en skæv stilling i forhold til løfteren. I det hele taget opfordres officials, trænere, dommere, jury m.fl. til at bære mundbind. Stævnelederen eller arrangøren sikrer, at der forefindes mundbind til disse personer og medbringer også gummihandsker.
- Stole skal placeres, så afstandsreglerne overholdes. Folk skal så vidt muligt sidde ned.
- Applaus til atleterne bør ske ved at klappe eller stampe og ikke ved at råbe.

- Præmieuddelerne rengør hænderne (og bruger evt. handsker), inden de rører ved medaljerne. Atleterne lægger selv medaljerne omkring halsen.

Bestyrelsen 10.8.20

Opdateret den 22.8.20

Ovenstående vejledning vil blive justeret i henhold til udviklingen af Covid 19.