



**COVID19-retningslinjer gældende pr. 21. april
2021** – retningslinjer for afvikling af cykelløb og træning
under Danmarks Cykle Union

*Version 2.9
21. april 2021*

COVID19-protokol for løbsarrangører og under træning gældende pr. 21 april 2021

Denne protokol er en del af retningslinjerne for at sikre sundhedsmæssigt forsvarlige rammer for afvikling af cykelløb og træning under Danmarks Cykle Union.

Protokollen er udarbejdet ud fra de seneste retningslinjer udmeldt af myndighederne.

Som alle ved, bliver retningslinjerne i Danmark ændret ofte og med kort varsel. Desuden er retningslinjerne differentierede i forhold til landsdele og kommuner. Derfor kan der være spørgsmål og udfordringer, som ikke besvares via denne beskrivelse. I så fald kan man kontakte DCUs administration eller søge viden via DIFs beskrivelser på; <https://www.dif.dk/da/forening/raad-og-viden-om-idraetsudvikling/corona>.

Rammerne tager udgangspunkt i DIFs tolkninger af Kultur- og justitsministeriets retningslinjer (se mere via dette link; <https://www.dif.dk/da/forening/raad-og-viden-om-idraetsudvikling/corona>) og samtidig at de opfylder sundhedsmyndighedernes og Rigspolitiets anvisninger, ligesom øvrig lovgivning naturligvis er gældende. Der kan være forskelle på, hvordan de enkelte politikredse og myndigheder tolker lovgivningen og derfor vil det kunne forekomme at politiet giver en tilladelse i en kreds, mens en anden kreds ikke vil give en tilsvarende tilladelse.

Bemærk, at ansvaret for arrangementer og træning ifølge Kulturministeriets retningslinjer ligger hos arrangør (klub, forbund etc.):

Generelt om cykelløb og forsamlingsloft – seneste opdatering!

Indendørsidræt;

- Tilladt for børn og unge til og med 17 år samt voksne over 70 år.
- For børn og unge er forsamlingsloftet 25 personer og der er ikke krav om coronapas
- For voksne over 70 år er forsamlingsloftet 10 personer og der er krav om coronapas

Udendørsidræt;

- Det gældende forsamlingsloft pr. 21. april er 50 personer
- Forsamlingsloftet omfatter alene personer som er en del af aktiviteten
- Trænere og ledere må gerne være en del af flere grupper (dog ikke samtidig)
- Der må ikke være tilskuere

Udfasning af forsamlingsloftet;

| | | |
|-----------|--------------------------|---------------------------|
| | Udendørs forsamlingsloft | Indendørs forsamlingsloft |
| 21. april | 50 | 25 (kun B&U under 18 år) |
| 6. maj | 75 | 25 |
| 21. maj | 100 | 50 |
| 11. juni | afskaffes | 100 |
| 1. august | | afskaffes |

Professionel idræt er dog undtaget herfor. Se afsnittet ”**Professionelle (A-klassen og landshold)**” for mere information herom

Professionelle

Professionelle sportsudøvere er undtaget for forsamlingsloftet. Professionelle er defineret som udøvere der repræsenterer Danmark på højeste nationale niveau eller er udtaget til danske seniorlandshold. Ved højeste nationale niveau forstås den bedste seniorklasse eller øverste seniorkonkurrenceniveau i Danmark. For cykelløb er dette niveau den danske A-klasse i de forskellige discipliner. Derfor er der ikke noget gældende forsamlingsloft for afvikling af cykelløb i A-klassen – men kun i A-klassen og for eliten ved DM-afholdelsen. Der kan altså ikke arrangeres træning eller løb udenfor forsamlingsloftet for andre klasser end A-klassen.

Ryttere i en Team Danmark godkendt bruttogruppe er ligeledes omfattet af begrebet professionelle og kan deltage i træning og løb udenfor forsamlingsloftet.

- Der må på **ikke** være tilskuere til et arrangement uanset om der er tale om professionelle som er undtaget for forsamlingsloftet.
- Der må **ikke** være tilskuere til indendørs arrangementer – heller ikke når det gælder professionel sport.

Landshold

Vi kan fortsat afholde aktiviteter med DCUs elitelandshold og ryttere i Team Danmarks bruttogrupper da de karakteriseres som professionelle og dermed er undtaget for de overordnede retningslinjer. Desuden afholder DCU aktiviteter for U-landsholds- og kraftcenter ud fra de altid gældende retningslinjer.

Generelt forsamlingsloft

- For hele landet gælder, at det gældende forsamlingsloft på 50 for alle undtaget professionelle. og kravet om mundbind gælder forløbelig frem til og med påsken 2021. Forsamlingsloftet gælder kun udendørs. Der er fortsat lukket for indendørs idræt.
- Der må gerne arrangeres tidsforskudte arrangementer med flere deltagere end det gældende forsamlingsloft, så længe der på intet tidspunkt er samlet flere deltagere end det gældende forsamlingsloft samme sted på samme tid.
- Det vil også være muligt at afholde arrangementer for flere end forsamlingsloftet anviser, hvis arrangementet afholdes med en betydelig geografisk spredning mellem deltagerne sådan, at de ikke befinder sig på samme sted samtidig. Det kræver dog, at den geografiske spredning kan opretholdes gennem hele arrangementet, dvs. også ved start- og målområdet, hvor der max. må være det gældende forsamlingsloft til stede samtidig. Det betyder, at der kan køre flere felter på samme rute, hvis der er stor afstand mellem felterne – fx:
 - Forskellige geografiske startområder.
 - Tydelig opdeling og afskærmning for grupper i området (fx cykelbanen).
 - Adskilte målgange og ingen ophold i målområde. Rytterne fra forskellige felter må aldrig mødes start- eller målområde eller på ruten.
 - Tilstrækkelig afstand mellem felterne (evt. ingen feltpassage). Hvis et felt nærmer sig ryttere fra forankørende felt, og de to felter samlet vil overstige

forsamlingsloftet, kan bagfrakommende ryttere/felt standses og løbet neutraliseres, indtil afstanden til det forankørende felt igen er tilstrækkelig.

Bemærk:

Der må ikke samles flere personer end det gældende forsamlingsloft samme sted på samme tid. Det betyder, at et felt højst må bestå af forsamlingsloftet inklusive ryttere, staff i biler, kommissærer osv., mens officials langs ruten eller i start-/målområder først tæller med, når feltet passerer – medmindre de sidder ned som tilskuere (se afsnit om tilskuere).

Vær i det hele taget opmærksom på om et arrangement kan udvikle sig til at der forsamlles flere en 50 personer og tænk over om det er ansvarligt at afholde arrangementet uanset om de holder sig lige under grænsen for de nuværende retningslinjer.

Generelle retningslinjer og forholdsregler

Det endelige ansvar for et godt og sundhedsansvarligt sportsligt setup påhviler i sidste ende klubben/virksomheden og forbundets ledelser.

Alle skal først og fremmest følge grundelementerne i forebyggelse af smittespredning, der i prioriteret rækkefølge er:

1. Isolation af personer med symptomer fx i eget hjem eller på sygehus (samt opsporing af "nære kontakter")
2. Bær mundbind på alle offentlige steder indendørs og tag dem kun af ved spisning og når man deltager i en idrætsaktivitet
3. Hygiejne med fokus på hostetikette, håndhygiejne og kontaktpunkter.
4. Kontaktreduktion med fokus på afstand, hyppighed, varighed og barrierer.

Sundhedsstyrelsens fem generelle råd er:

1. Vask dine hænder tit, eller brug håndsprit.
2. Host eller nys i dit ærme.
3. Undgå håndtryk, kindkys og kram – begræns den fysiske kontakt.
4. Vær opmærksom på rengøring – både hjemme og på arbejdspladsen.
5. Hold afstand og bed andre tage hensyn.

Coronavirus smitter gennem kontakt- og dråbesmitte

- Kontaktsmitte: Smitte via overflader med virus på, som man rører ved, og derefter rører sig i næse, øjne eller mund. Risikoen for kontaktsmitte mindskes ved god håndhygiejne og rengøring.

- Dråbesmitte: Smitter fra person til person via små dråber fra luftvejene, der spredes via host og nys. Dråberne falder til jorden indenfor 1-2 meter, så risikoen mindskes effektivt ved at holde afstand.

Der kan gå tid fra, at man bliver smittet, og til man får symptomer, typisk mellem 1 og 14 dage (inkubationstiden). Smittede personer kan udskille virus og dermed smitte, også selvom de ikke har symptomer eller inden de får dem. Risikoen for smitte via dråber øges ved sang, højlydt samtale, råb, ukontrollerede nys og host mv. Risikoen for såvel kontakt- som dråbesmitte stiger kraftigt ved meget store forsamlinger.

Fortolkningen af forsamlingsloftet kan variere fra politikreds til politikreds, og derfor er overholdelse af nedenstående protokol for afholdelse af cykelløb ikke en garanti for myndighedsgodkendelse alle steder.

Løbsformater

Ovenstående betyder altså, at der overordnet kan afvikles cykelløb på følgende måde:

1. Ved at adskille felterne helt og køre et felt færdigt, før det næste går i gang. Dette har mange fordele og er den foretrukne model, der gør de fleste forholdsregler enkle at håndtere, men løbsdagen vil blive relativt lang (evt. fordeles over flere dage).
2. Geografisk spredning. Alt efter rutens længde vil flere felter kunne køre på ruten, så længe de starter med og holder tilstrækkelig afstand (enkeltstarter kan afvikles under denne model). Her er det vigtigt at bemærke, at to felter ikke må passere hinanden såfremt der er mere end 50 personer tilsammen i de to felter.

Tilmelding

Arrangøren skal allerede i forbindelse med tilmelding (ryttere) sørge for, at forsamlingsloftet ikke overskrides.

Det skal ikke være muligt at tilmelde sig på løbsdagen - forhåndstilmelding sikrer, at arrangøren har overblik over det samlede antal personer, der er forsamlet, og at forsamlingsloftet til enhver tid er overholdt.

Udgåede ryttere

Udgår en rytter, skal denne køre direkte hjem/til parkeringsområdet og holde afstand til andre ryttere og stab fra andre teams.

Flasker – dropzone

Af hensyn til smittefaren skærpes reglementet angående dropzonerne.

Kastes flasker eller affald uden for dropzonerne, vil rytteren blive taget ud af løbet og bedt om at forlade området.

Præmier og podier

Arrangøren skal sørge for, at præmieoverrækkelser sker uden forsamling af mange tilskuere (kan eventuelt afskaffes) Der kan køres uden præmiepenge så længe forsamlingsloftet stadig er en begrænsning. Dette hjælper klubberne, da præmiepengene ofte udgør en betydelig budgetpost for arrangører. Der er op til arrangørklubben at vurdere om der skal være præmier samt størrelsen på præmierne

Antidoping Danmark

Hvis ADD er til stede og udtager ryttere til test, vil ADD sammen med arrangør følge alle retningslinjer. ADD-kontrollanter vil bære mundbind og bede rytterne om at følge med til et afspærret testområde. ADD-kontrollanter vil under dopingtest sørge for at have visir, mundbind og handsker på.

COVID19-ansvarlig

Det er arrangørens ansvar, at rammerne for at efterleve alle sundhedsmyndighedernes vejledninger, og derfor skal arrangøren udpege en COVID19-ansvarlig, der sørger for at sikre, at forebyggelsestiltag og retningslinjer overholdes samt at antallet af deltagere monitoreres.

Der bør være enten personale eller frivillige til stede under aktiviteterne, der har til opgave at forebygge opbygning af tætte forsamlinger (fx henvise publikum, staff eller lignende til ikke at samles) både i start-/målområde og andre steder på ruten.

Information på området

Ved start, mål og andre områder, hvor ryttere eller staff skal opsættes informationsmateriale om, at personer, der har symptomer på COVID-19, bør isolere sig i hjemmet, og om god hygiejne og hensigtsmæssig adfærd i det offentlige rum.

Informationsmateriale, plakater osv. kan hentes her:
politi.dk/coronavirus-i-danmark/download-infografikker-og-plakater

Arrangøren skal nøje overveje behovet for skiltning - dvs. omfanget af skilte og indholdet af disse – og sørge for god skiltning fra rytterområder til start (fx ensretning, så alle bevæger sig i samme retning rundt på området).

Test

DCU opfordrer til at alle ryttere og staff bliver COVID-19 testet løbende og forud for løb.

Det er arrangørens ansvar at sørge for, at alle deltagere i **UCI-løb** medbringer en negativ COVID19-test såfremt UCI kræver dette. Til øvrige løb kan der opfordres til at blive testet forud for løbet.

- For alle ryttere, staff, frivillige, officials, ansatte og presse til stede ved cykelløb opfordres til at lade sig teste tidligst 5 dage før løbsdagen.
- Alle, der har symptomer (også meget svage symptomer), skal ikke møde op eller omgivende forlade området, holde afstand til andre og isolere sig.

Mundbind

De gældende krav omkring mundbind skal altid følges. Pt. skal der bæres mundbind på alle offentlige steder indendørs. Arrangøren kan vælge at skærpe kravene om mundbind yderligere. Der skal ikke bæres mundbind under idrætsudøvelse.

Kropsafstand

Idræt med kropskontakt er tilladt. Opfordringen er at minimere andelen af tid med kropskontakt, særligt ansigt-til-ansigt-kontakt. Forudsat at der er ekstra stor opmærksomhed på de øvrige anbefalinger - særligt ved hygiejne og forebyggelse af kontaktsmitte. Se nærmere definitioner nedenfor.

Hvis muligt, skal der holdes to meters afstand ved aktiviteter i eller ved fysiske anstrengelser. Sports- og idrætsaktiviteter med fysisk kontakt bevægelse (f.eks. cykling) kan dog gennemføres, hvis man har stor opmærksomhed på sundhedsmyndighedernes anbefalinger – særligt hygiejne og kontaktsmitte – og i øvrigt følger myndighedernes retningslinjer.

Symptomer hos "nære kontakter"

Ryttere, staff, officials osv., hvis nære kontakter – herunder familie – har symptomer eller er smittede, skal ikke møde op, men følge Sundhedsstyrelsens vejledninger for "nære kontakter":

<https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Test/SST-informerer-Naer-kontakt-090720>

Sprit, håndsæbe og rengøring

Det er arrangørens ansvar, at der er tilstrækkeligt med rengøring- og desinfektionsmiddel til stede, og at det bliver brugt hyppigt til afspritning på alle relevante steder.

Ved kritiske steder skal det beskrives i direkte vejledning til hjælpere og officials, og der laves opslag ved det kritiske sted.

- Arrangøren skal sørge for, at vådservietter og/eller håndsprit (70-85% alkohol) er nemt tilgængeligt for alle deltagere.
- Hyppig og grundig rengøring af fælles kontaktpunkter er påkrævet. Det vil sige, at der fx ved toiletvogne skal være vand, håndsæbe, sprit og meget hyppig rengøring.
- Alle deltagere skal "afspritte" hænderne ved alle indgange til start- og målområder og efter passage af målstregen.
- Der bør ikke være fælles håndklæder, men engangshåndklæder.

Områdeopdeling

Arrangøren bør opdele områder mellem ryttere, ledere og evt. tilskuere. Det kan f.eks. ske med en tydelig afgrænsning med minestrimmel. Områderne bør opdeles, så der er mindst mulig interaktion mellem de forskellige områder, så fx ryttere ikke skal krydse igennem tilskuerområder etc.

Arrangøren bør tydeligt skilte afgrænsningen imellem de forskellige områder samt ofte vejlede og annoncere retningslinjerne.

Områderne bør overvåges af officials, der samtidig kontrollerer adgang til de enkelte områder. Der kan evt. kun være en indkørsel pr. område og en udkørsel pr. område.

Start-/målområde

Start-/målområde bør være afspærret for alle, der ikke har en relevant funktion ift. cykelløbet, således at kun ryttere, kommissærer, måldommere og samaritter opholder sig i området. Antallet af disse bør i øvrigt begrænses i størst muligt omfang.

Ryttere og staff bør opfordres til at forlade området, så snart rytteren er i mål. Hvis der opstår "kø" til et rytterområde, anvises rytterne til at vente i egen bil.

Parkering

Parkeringsområderne skal være tydeligt afmærket, og antallet af personer på parkeringsområder skal begrænses i videst muligt omfang (ryttere bør køre selv eller kun medbringe en ledsager/hjælper).

Der bør arrangeres adgang til toiletter ved parkeringsområder – sørg for vand og sæbe, håndsprit og rengøring.

Anvisning og afvisning

Arrangøren skal meget tydeligt og på forhånd informere og instruere deltagerne i

- Hvilket område de er akkrediteret til
- Hvordan de kommer til området
- Hvor og hvordan de "checker ind" i området
- Hvad der er tilladt og hvad der ikke er tilladt
- Praktiske oplysninger – toiletter, forplejning etc.

Arrangøren skal til enhver tid have forberedt et beredskab til afvisning af personer, hvis der er fare for at forsamlingsloftet er ved at blive overskredet. Beredskabet skal forholde sig til, hvem der foretager afvisningen og hvordan afvisningen foregår.

Publikum

Obs nedenstående udgår da der pr. 5 januar 2021 og forløbelig ikke må være tilskuere til konkurrencer eller træning.

Til både indendørs og udendørs cykelløb må der være siddende publikum – fx på medbragte klapstole, hvis der ikke er faste siddepladser.

Grænsen for deltagere i løbet inklusive publikum er 500 personer – det vil sige, at ryttere, staff, kommissærer, publikum osv. aldrig må overstige 500 i alt.

- Publikumsarealet bør tydeligt afmærkes, og der bør opsættes konkrete vejledninger om at holde afstand i publikumsarealerne. Der bør sikres 1 meters afstand mellem publikum, og der må maks. være 1 person pr. 2 m² areal i publikumsarealet.
- Arrangøren bør have fokus på styring af publikumsstrømme og overvåge dette løbende. Især er det vigtigt at undgå omfattende køer ved indgange og til specifikke lokaler. Der bør være særligt fokus på kapacitetsbegrænsning.
- Der bør være ansatte eller frivillige til stede, der har til opgave at forebygge opbygning af tætte forsamlinger.
- Der skal være særligt fokus på rengøring og håndhygiejne og være vand og flydende sæbe eller håndsprit (70- 85% alkohol) tilgængeligt for publikum.
- Arrangøren bør identificere og sikre grundig rengøring af fælles kontaktpunkter og lave en plan for rengøring og desinfektion af kontaktpunkter, herunder med særligt fokus på håndtag, gelændere, lyskontakter, vandhaner, bordoverflader og andet, som hyppigt berøres af mange.

- Toiletter (både publikums- og medarbejdertoiletter) bør rengøres grundigt (hyppighed efter en konkret vurdering), alle overflader bør afvaskes og kontaktpunkter desinficeres.
- Skraldespande bør tømmes jævnligt, og altid inden de fyldes helt.
- For at sikre at der holdes afstand, bør der overalt, hvor det er relevant, benyttes adfærdsregulerende indretninger og praktiske foranstaltninger såsom ruminddelinger og afstandstape eller andre afstandsmarkeringer.
- Kiosker/madboder skal efterleve alle regler for fødevarer og god håndhygiejne, og frivillige bør være iført værnemidler, ligesom betaling udelukkende bør ske med trådløst kreditkort eller MobilePay.