



# Anbefalinger og retningslinjer i forbindelse med genåbning udendørs



**BADMINTON  
DANMARK**



## Kære badmintonklubber, -klubledere og -trænere

For Badminton Danmark og DGI Badminton er det afgørende, at de generelle krav og anbefalinger fra sundhedsmyndighederne overholdes. Det indebærer blandt andet:

- At man p.t. ikke må samles flere end 25 personer til udendørs, organiserede idrætsaktiviteter
- At alle indendørs idrætsfaciliteter er lukket
- At man skal holde afstand
- At man skal have stor fokus på håndhygiejne
- At man begrænser eller gerne helt undgår fysisk kontakt
- At man ikke hoster eller nyser på andre
- At man skal holde sig hjemme, hvis man er sløj – også ved milde symptomer

Som et led i genåbningen af det danske samfund blev det besluttet at åbne for udendørs idrætsaktiviteter med op til 25 deltagere under organiserede forhold. Danmarks Idrætsforbund har til det samlet 7 ofte stillede spørgsmål og besvaret dem for at gøre forståelsen af de nye retningslinjer og anbefalinger nemmere at forstå. De kan findes ved at klikke [her](#)

Det er vigtigt at huske, at man allerede nu godt må mødes til forskellige former for udendørs badmintontræning i grupper af 25 personer inklusive træner, hvis man sørger for at overholde restriktionerne for fysisk afstand.

Udendørstræning for badminton kan f.eks. være fysisk træning, fitness, løbetræning, benarbejde, slagteknik, smidighed, hurtighed osv.

Badmintontræning med AirBadminton-bolde kan også være et fint supplement til bare at få rørt bolden, så længe vores indendørsaktiviteter er lukket ned.

### Vigtigt at forholde sig til, inden man går i gang:

- At man læser DIF's og DGI's anbefalinger om udendørsidræt
- Det er ikke et krav at møde op til udendørs idrætsaktiviteter med en negativ Covid-19-test
- At holde sig opdateret på lokale forhold, da det kan have betydning for badmintonklubbens tilladelse ift. brug af specifikke udendørsfaciliteter
- At være opmærksomme på at holde sig til faste grupper til træning
- At sørge for at hver person kun bruger sin egen ketsjer og rekvisitter
- At forældre, søskende, venner eller andre ikke behøves at blive som tilskuere, så man derved udfordrer forsamlingsforbuddet
- At der etableres forskudt træning, så spillere på vej til og fra træning ikke mødes



Max. 25 prs.  
samlet



Hold  
afstand



God  
håndhygiejne



Undgå  
fysisk kontakt



Host/nys  
i ærmet



Syg?  
- bliv hjemme