

Idrett og aktivitet

Det er de nasjonale smittevernradene som gjelder i Tingvoll. Fra 20. januar kan barn og unge under 20 år trene og delta på fritidsaktiviteter som normalt, både ute og inne. De er også unntatt fra anbefalingen om en meters avstand når det er nødvendig for å drive med aktiviteten.

- For barn og unge kan ordinær treningsaktivitet internt i klubber, lag og foreninger derfor gjennomføres.
- Kamper, cuper, stevner mv. må fortsatt utsettes.
- Voksne bør ikke drive organisert aktivitet innendørs.
- Utendørs kan voksne trene dersom det er mulig å holde god avstand.
- Kulturarrangement som forestillinger, oppvisninger og lignende, samt kurs/konferanser og tros- og livssynseremonier bør utsettes dersom disse samler personer fra flere kommuner.

[Folkehelseinstituttet har laget veileder for organisert fritidsaktiviteter.](#)

Veileder for idretten

Idrettslagene er ansvarlig for at all aktivitet gjennomføres på en smittevern­faglig, forsvarlig måte.

Helsedirektoratet har utgitt en veileder for den organiserte idretten.

[Helsedirektoratet har utarbeidet den nasjonale veilederen for idrett.](#)

[På Folkehelseinstituttet sin hjemmeside kan du lese om «Råd til svømmehaller og badeanlegg.](#)