

## Detta gäller idrotten i stort

I korthet gäller följande generella råd och rekommendationer från myndigheter och RF, ur idrottens perspektiv (9/12 kl. 11.00).

Se till att hålla dig uppdaterad på vad som gäller. Följ allmänna och lokala restriktioner.

Gör allt du kan för att minska smittspridningen. Håll avstånd.

Fortsätt idrotta men avstå från att träna/tävla om du känner av symtom

Bedriv helst träning utomhus

Träning i grupp kan genomföras för personer födda 2004 eller tidigare, från och med den 14 december. [Följ dessa rekommendationer](#). Dessa bör dock avstå från att delta i läger, cuper och tävlingar. Föreningar bör alltså avstå från att arrangera eller delta i tävlingsverksamhet för födda 2004 eller tidigare.

Personer som ägnar sig åt yrkesmässig idrott (se SSFs definition nedan) får fortsätta att träna och tävla.

Barn och ungdomar födda 2005 och senare får fortsätta träna och kan även delta i enstaka tävlingar.

Övriga rekommendationer och riktlinjer (protokoll) som tagits fram av respektive specialidrottsförbund ska följas

Regeringen har infört en gräns på max åtta personer vid allmän sammankomst, gäller exempelvis idrottsevenemang med publik. Notera att denna begränsning inte gäller träningsverksamhet. Här gäller istället lokala allmänna råd.

Bedriv träning i närmiljö, begränsningar finns gällande resande, följ allmänna råd.

LÄS MER: [FHMs föreskrifter, från och med 14 december](#).

## Detta gäller SSFs verksamhet

Svenska Skidförbundet genomför flera möten varje vecka för att utifrån myndigheternas och Riksidrottsförbundets besked anpassa vår verksamhet. Förutom myndigheternas föreskrifter ovan finns följande råd/riktlinjer:

[Svenska Skidförbundet pausar tävlingsverksamhet](#) – i många regioner gäller rådet att avstå från att delta i tävlingar, dock finns undantag för yrkesmässig idrott. Mer information kring tävlingsprogram finns på respektive grensida här på [skidor.com](#).

SSFs definition på yrkesmässig idrottare är:

Åkare med aktiv FIS-licens där idrottsutövandet är åkarens huvudsakliga sysselsättning (dvs över 50 procent). Båda villkoren måste vara uppfyllda för att undantaget ska kunna tillämpas.

*Förtydligande 9/12:* I begreppet yrkesmässig idrottare ingår åkare på skidgymnasier och de som är antagna till SSFs eftergymnasiala elitverksamhet. Dessa kan delta i nationella och internationella tävlingar på seniornivå, förutsatt att åkaren kvalar in till tävlingens startkvot. Utifrån nuvarande restriktioner kommer inte tävlingar enbart för juniorer (se respektive grens tävlingsregler) att arrangeras.

Längdcommiténs tolkning för distriktet:

Inga tävlingar för personer födda- 04 eller tidigare.

Enklare tävlingar kan genomföras för personer födda 05 och senare för distriktets egna åkare, gärna på lokal nivå.

Stänga DM för ungdomsklasser.

Ej bjuda in föreningar utanför egna distrikt.

Den egna föreningen/individerna tar själva ansvar för att arrangemanget genomförs Coronasäkert.

Gällande den nya skidcupen med en tänkt final i Västmanland och två tänkta kvältävlingar under säsongen avvaktar vi ytterligare information från Skidförbundet och Folkhälsomyndigheten.

//Längdcommitén genom J.Karlsson