

VANDSPORTENS CORONA-REGLER

Gældende for udøvere på højeste nationale niveau som hører under bekendtgørelsen for professionel idræt.

Vejledning for svømmeklubber ved brug af svømmebade

28. januar 2021

Nedenstående retningslinjer gælder i en tidsbegrænset periode foreløbig til og med den 28. februar 2021. Retningslinjen om brug af mundbind gælder på nuværende tidspunkt fra og med den 29. oktober 2020 til og med den 28. februar 2021.

Denne vejledning beskriver Danmarks Idrætsforbunds og Dansk Svømmeunions retningslinjer for indendørsidrætten tilpasset brugen af svømmebade i henhold til de danske sundhedsmyndigheders generelle retningslinjer og anbefalinger (se mere via dette [link](#) omkring "Retningslinjer for Idrætsaktiviteter"). Retningslinjerne er til brug for svømmeklubber i Danmark. Retningslinjerne i dette dokument vil kunne ændre sig over tid og dokumentet skal ses som et dynamisk dokument, der er tilpasset udviklingen i samfundet i forhold til COVID-19.

Dansk Svømmeunions holdning er klar: Folkesundhed er vigtigere end vandaktiviteter. Og vandaktiviteter må ikke bidrage til at sprede smitte, hverken i eller udenfor bassinet!

For nærværende følger vejledningen de generelle anbefalinger fra sundhedsmyndighederne i forhold til forsamlingsforbud, hygiejne og afstandskrav samt antallet af deltagere pr. m² i de anvendte lokaler. I bilag 1 kan man se Vandsportens corona-regler og i bilag 2 kan man se flere forskellige mulige modeller for opdeling af bassiner.

Det er den enkelte klubs ansvar, at træning og undervisning tilrettelægges i tæt samarbejde med den enkelte svømmebadsejer. Det er desuden det enkelte svømmebad og svømmeklubs ansvar at følge de gældende retningslinjer fra sundhedsmyndighederne og i denne vejledning.

Notatet indeholder generelle vejledninger ved brug af svømmebade og specifikt indenfor svømning, vandpolo, livredning, udspring og kunstsvømning.

Ud over at følge myndighedernes retningslinjer og anbefalinger har Dansk Svømmeunion hentet inspiration til notatets retningslinjer og anbefalinger fra Norge, Holland og Schweiz.

Indhold

Definition af udøvere på højeste nationale niveau	3
Overordnede retningslinjer til bestyrelsen i svømmeklubben.....	4
Overordnede retningslinjer for afvikling af aktiviteter i svømmebadet.....	4
Krav om mundbind	5
Personer der ikke må deltage i aktiviteter.....	5
Bad og omklædning	5
Udstyr.....	5
Hygiejne	6
Generelle anbefalinger	6
Disciplinspecifikke retningslinjer	7
Svømmetræning	7
Udspring	7
Kunstsvømning	7
Vandpolo	7
Ved symptomer og positiv COVID-19 test.....	8
Nyttige links.....	9
Bilag 1.....	10
Bilag 2.....	11

Definition af udøvere på højeste nationale niveau

Nærværende retningslinjer er udelukkende gældende for udøvere på højeste nationale niveau, som hører under bekendtgørelsen for professionel idræt. Dette betyder at udøverne på højeste nationale niveau er undtaget det gældende forsamlingsforbud og fortsat må benytte sig af indendørs og udendørs træningsfaciliteter, som udøverne benytter før, under og efter afviklingen af idrætsgrenen.

Udøverne omfatter atleter, som repræsenterer Danmark på højeste nationale eller højt internationalt senior-niveau inden for en DIF-ankendt idrætsgren, er udtaget til danske seniorlandshold inden for en DIF-ankendt idrætsgren, er indplaceret i en af Team Danmarks atletkategorier eller på anden vis er omfattet af Team Danmarks ordninger eller figurerer i en OL/PL-bruttogruppe. Ved højeste nationale niveau forstås den bedste række eller det øverste konkurrenceniveau i Danmark inden for den pågældende idrætsgren. Ved højt internationalt niveau forstås deltagelse ved World Cup, EM, VM eller OL. I forhold til Dansk Svømmeunions medlemmer hører følgende udøvere ind under denne kategori:

- **Kunstsømning**
Udøvere som er en del af senior talentholdet, hvortil udtagelseskravene er baseret på de resultater svømmerne genererede til DM i 2020.
- **Udspring**
Udøvere som har opnået pointkravet som deltager ved danske seniormesterskaber i 2020 – dvs. de Danske Vippe og/eller Danske Tårnmesterskaber.
- **Vandpolo**
Udøvere som spiller 1. division for henholdsvis damer og herrer.
Der er 20 personer pr. hold og der er 4 dame- og 4 herrehold.
- **Livredning**
I livredning defineres udøverne på højeste nationale niveau med udgangspunkt i, at de har været udtaget til internationale mesterskaber i 2019 og 2020.
- **Svømning**
I svømning defineres udøvere på højeste nationale niveau, som alle de svømmere som pt. opfylder definitionerne for professionel idræt (opnået seniorkravtid til DM-L 2021 inden for kvalifikationsperioden) og har et aktuelt behov for at træne i jeres træningsmiljø.
- **Åbent vand svømning**
For åbent vand svømmere defineres samme krav som til svømning. Det vil sige at en udøver på højeste nationale niveau i åbent vand svømning har opnået samme krav, som gør sig gældende for bassinsvømningen.

For at kunne opretholde bekendtgørelsen for professionelle udøvere skal træningen fortsat skal foregå på forsvarlig vis for at undgå smittespredning, og derfor skal I som svømmeklub fortsat træne under nedenstående gældende corona retningslinjer.

Det skal understreges, at udøvere som ikke lever op til ovenstående kriterier gældende for de enkelte discipliner IKKE må træne indendørs og aldrig i grupper af mere end 5 personer.

PCR-test en gang om ugen

DIF opfordrer desuden alle atleter, der hører under bekendtgørelsen for professionel idræt, til at lade sig teste med en PCR-TEST en gang om ugen. Dette flugter med myndighedernes anbefalinger for alle danskere, der ikke har mulighed for at arbejde hjemme.

Overordnede retningslinjer til bestyrelsen i svømmeklubben

- Klubben er ansvarlig for, at alle retningslinjer fra myndighederne og i denne vejledning overholdes, både i forhold til indendørs idrætsaktiviteter generelt og specifikt for aktiviteter i svømmebade.
- Klubben er ansvarlig for, at retningslinjer fra de lokale myndigheder og svømmebade overholdes.
- Alle typer af vandaktiviteter skal udføres på en måde, som sikrer, at sundhedsmyndighedernes anbefalinger om afstand mellem personer overholdes.
- Retningslinjerne skal til enhver tid overholdes, og det anbefales derfor, at klubben udpeger en overordnet ansvarlig fra svømmeklubben, som kan være til stede ved træning og undervisning. På konkurrencehold kan en træner være corona-ansvarlig samtidig med at vedkommende varetager træningen. Det anbefales, at man udfærdiger holdlister til afkrydsning af alle deltagere på holdet, så man i forhold til opsporing af smittekæder har et overblik over personer, som eventuelt smittede har været i nærkontakt med.
- Aktiviteterne bør kun afvikles, hvis klubbens bestyrelse føler sig tryk ved, at aktiviteterne kan udøves med afsæt i de gældende retningslinjer og anbefalinger fra sundhedsmyndighederne og i denne vejledning.

Overordnede retningslinjer for afvikling af aktiviteter i svømmebadet

- Sundhedsmyndighedernes og idrætsorganisationernes retningslinjer og anbefalinger for indendørs idræt, specifikt målrettet svømmebade, følges.
- Da svømmebade kan være meget forskellige i størrelse og indretning, er det op til den enkelte svømmebadsejer i samarbejde med klubben at tilrettelægge nogle procedurer i det pågældende svømmebad, som følger retningslinjerne.
- Det skal sikres, at der altid er minimum 1 meters afstand mellem deltagerne og om muligt 2 meters afstand ved fysisk aktivitet.
- Der må maksimalt være én udøver for hver 4 m² ved ophold i såvel bassin som på gulvareal. Det vil sige, at der ligeledes maksimalt må være én udøver for hver 4 m² i omklædningsrummene.
- Begrænsning og regulering af antal aktive i svømmehaller og -bade skal ske ved både indgang til omklædningsområder og i selve svømmehallen. Det vil være op til den enkelte klub at sikre at retningslinjer for bad og omklædning overholdes i forhold til de muligheder, man har i de enkelte svømmebade. Retningslinjer for bad og omklædning kan med fordel aftales mellem de involverede parter.
- Der bør være afstandsafmærkninger på gulve de steder, hvor det er hensigtsmæssigt.
- I situationer, hvor det er vanskeligt eller umuligt at overholde den generelle anbefaling om 1 meters afstand og 2 meter ved fysisk aktivitet, eller regulere afstanden til andre, er det vigtigt, at svømmeklubberne overvejer tiltag, der kan minimere eller reducere varigheden af kontakt, særligt ansigt-til-ansigt kontakt for både medlemmer, ansatte, frivillige og deltagere.
Der kan være tale om adfærdsmæssige tiltag eller tiltag, der danner en barriere mellem personerne.

For eksempel kan aktiviteten organiseres i faste grupper med et fast antal pr. gruppe, ligesom opstilling på rækker kan begrænse ansigt-til-ansigt kontakt, samt sørge for god udluftning. For eksempel kan vandpolo med fysisk kontakt gennemføres, hvis der til gengæld er ekstra stor opmærksomhed på de øvrige anbefalinger, særligt ved hygiejne og forebyggelse af kontaktsmitte.

Krav om mundbind

- Der stilles krav til brug af mundbind for personer fra 12 år og opetter fra og med den 29. oktober 2020 indtil den 28. februar 2021.
Mundbind bæres så snart man træder ind i svømmehallens forhal, og når man går rundt eller opholder sig i svømmehallens forhal, på tilskuerpladser, klublokale, loungeområder og lignende.
Kravet om mundbind gælder **IKKE** deltagere i omklædningsrummet, på vej ind til og fra bassinet og under selve idrætsaktiviteten.

Personer der ikke må deltage i aktiviteter

- Personer, der viser tegn på COVID-19, eller som sidder i karantæne, må ikke deltage i vandaktiviteter. Symptomer kan være hoste, feber, ondt i halsen, hovedpine, luftvejsinfektion, en næse der løber eller generel utilpashed.
- Personer, der ikke følger de idrætsansvarlige eller svømmebadsansvarliges retningslinjer, vil blive bortvist, og vil ikke kunne deltage i aktiviteter igen, før sundhedstilstanden i Danmark er normaliseret.
- Se desuden afsnittet "Ved symptomer eller positiv corona-test".

Bad og omklædning

- Svømmeklubber skal sikre, at anvisninger og retningslinjer i svømmebadet for omklædning og bad overholdes. Man skal ikke bære mundbind i omklædningsrummet.
- Brug af toiletter skal ske i mindst muligt omfang, og der skal være klare rutiner og tidsplaner for rengøring af disse. Det er svømmebadets ansvar, at der er tydelige rutiner og tidsplaner for rengøringen af toiletterne, og at disse bliver fulgt.

Udstyr

- Det anbefales, at deltagerne medbringer deres eget udstyr. Det vil sige badehætte, briller, plade, pullbouy, svømmefødder, zoomers, håndpadles, snorkel, udstyrsnet, taske, drikkedunk, våddragt, vandpolohætte, vaskeskind, håndledsbeskyttere, neoprenhætter, næseklemme, håndklæde, shorts, T-shirt og lignende.
- Man deler ikke udstyr med andre udøvere. Der opfordres til, at brugen af udstyr generelt minimeres, og at det kun er drikkedunken, der står på bassinkanten.
- Fælles udstyr (som bensparksplader) rengøres rutinemæssigt, eksempelvis inden dagens træning begynder. Start dagen med at skylle al udstyr af med en vandslange og slut dagen med at skylle alt udstyret af inden det stilles til tørre. Fælles udstyr behøver således ikke rengøres mellem hver bruger. Det er en fordel, hvis I kan holde udstyret vådt (udstyret må helst ikke tørre ind mellem hver bruger).

- Drikkedunke fyldes med vand hjemmefra for at undgå unødvendig berøring med vandhaner m.m. i svømmebadet.
- Alle tasker og udstyrsnet skal placeres med god afstand mellem hinanden – mindst med 1 meters afstand, og hvor det er muligt, gerne med 2 meters afstand. Udstyret må aldrig berøre andre udøvers udstyr. Det anbefales, at der er tydelig markering og opdeling af områder til hensættelse af tasker.

Hygiejne

- Der skal være gode rutiner for hygiejne i forbindelse med vandaktiviteten. Al fælles udstyr rengøres rutinemæssigt, for eksempel inden dagens svømmeundervisning begynder.
- Det anbefales, at man spritter eller vasker hænderne grundigt ved ankomst til svømmebadet, og når svømmebadet forlades igen, samt i forbindelse med toiletbesøg.
- Undgå at berøre ting, som ikke er nødvendige og vigtige for at gennemføre træningen.
- Alle skal forholde sig til svømmebadets retningslinjer for hygiejne, afvaskning og omklædning.
- Ved eventuel brug af skabe følges svømmebadets anvisninger. Afspritning af kontaktpunkter på skabe i omklædningsrum foretages efter hver bruger.
- Der skal sikres en effektiv, synlig og tidsbestemt rengøring af alle håndtag på alle døre og diverse armaturer.
- Der skal sikres en effektiv, synlig og tidsbestemt rengøring af hallens/facilitetens gelændere, stiger, startskamler og bassinkant med desinfektionsmiddel af QAC-typen eller sprit beregnet herfor.

Generelle anbefalinger

- Klublokaler, cafeteriaer og lignende lokaler ved svømmebadet kan anvendes på forsvarlig vis. Der skal bæres mundbind, når man færdes i disse områder. Det vil være ejeren af den enkelte facilitet, som konkret beslutter, hvorvidt der tillades adgang til toiletter og klubhuse og evt. nærmere retningslinjer herfor.
- Deltagerne opfordres til ikke at møde op til træning før den tid, de skal i omklædningen og bedes forlade svømmebadet direkte efter undervisningen.
- Tørtræning, opvarmning og dryland på bassinkanten bør undgås, men kan finde sted i tilstødende lokaler med god plads (eksempelvis en gymnastiksal), så længe afstandskravene mellem hver person overholdes – dvs. 4 kvm pr. person og 2 meter mellem hver udøver.
- Det anbefales ikke at afholde stævner sammen med andre klubber på nuværende tidspunkt.
- Det anbefales på det kraftigste ikke at afvikle træningslejre, hverken indenlands eller udenlands. I helt særlige tilfælde kan der gøres undtagelser, og i dette tilfælde bedes I rette henvendelse til Udviklingschef Morten Hinnerup på moh@svoem.dk.

Disciplinspecifikke retningslinjer

Svømmetræning

- Det anbefales, at træningen indrettes, så der kan opretholdes en afstand mellem svømmerne på minimum 2 meter ved fysisk aktivitet. Det anbefales endvidere, at man ved banesvømning fordeler svømmerne ligeligt i begge ender af bassinet i forbindelse med pauser i svømningen.
- Banerne forsøges adskilt ved hjælp af banetove (se bilag 2). Ved undervisning, hvor det ikke er muligt at udlægge banetove, sikres minimum 1 meters afstand mellem hver deltager i forbindelse med ophold ved bassinkanten samt i forbindelse med selve svømningen i bassinet.

Udspring

- Der må kun være en udøver på vippen/platformen ad gangen. Ved synkronudspring skal afstanden mellem de to springere være minimum 1 meter.
- Resten af gruppen, som venter, skal holde sig i køen med minimum 1 meters afstand mellem hver.
- Vaskeskind som benyttes under træning, opbevares i egen taske mellem brug og må ikke deles med andre.
- Der opfordres generelt til, at man ikke laver tørtræning i svømmebadet.
- Der anbefales, at platforme og gelændere rengøres mellem hver træning

Kunstsømning

- Det anbefales at minimere antallet af løft og formationer, som kræver nærkontakt med andre personer – dette gælder både i vand og på land.
- Ved svømmetræning følges ovenstående guidelines gældende for svømning.

Vandpolo

- Det anbefales, at antallet af tacklinger og andre øvelser med kropskontakt minimeres. Træningen planlægges i videst muligt omfang, så afstanden på 2 meter mellem hver deltager kan opretholdes.
- Ved svømmetræning følges ovenstående guidelines gældende for svømning.
- To personer kan flytte mål, så længe afstanden på 1 meter opretholdes. Husk god håndhygiejne før og efter flytning af målet.
- Der kan benyttes fælles bold til træning. Udøverne opfordres til ikke at berøre sig selv i ansigtet under træningen.
- Bolde og mål rengøres rutinemæssigt.

Ved symptomer og positiv COVID-19 test

En instruktør får symptomer/testes positiv for COVID-19:

Hvis en instruktør oplever symptomer på COVID-19 (tør hoste, ondt i halsen, feber, hovedpine, vejrtrækningsbesvær, muskelsmerter), skal følgende vejledning følges:

1. Hvis symptomerne opstår midt i undervisningen, skal instruktøren straks standse undervisningen/overgive den til en anden instruktør og hurtigst muligt forlade svømmebadet.
2. Hvis symptomerne opstår inden undervisningen begynder, skal instruktøren blive hjemme og vedkommende må først vende tilbage til undervisningen, når han/hun har været symptomfri i 48 timer eller har fået foretaget en COVID-19 test, som er negativ. Ved symptomer på COVID-19 anbefales det altid at få foretaget en test.
3. Bliver instruktøren testet positiv for COVID-19, er det vigtigt, at alle de personer, som vedkommende har haft nær kontakt til i den periode, hvor han/hun har været smitsom, bliver informeret om, at vedkommende er smittet. Det kaldes "kontaktopsporing", og er et vigtigt redskab ift. at forebygge smittespredning. Ved en positiv COVID-19 test, må træneren/underviseren først vende tilbage til undervisningen, når vedkommende har været symptomfri i 48 timer (sst.dk).
4. Undlad at skabe utryghed blandt de øvrige instruktører og svømmere, som har været i hallen samtidig med den smittede instruktør, og sørg for kun at informere de personer, som har været i nær kontakt med vedkommende inden for 48 timer, før symptomerne er startet. Dvs. svømmere på holdet eller andre instruktører og svømmere, som har stået tæt på i omklædningsrummet (mindre end 1 meter) og eller har været i direkte fysisk kontakt med vedkommende. Hvis instruktøren og klubben har fulgt Sundhedsstyrelsens råd om fysisk afstand, hostetikette og hygiejne, vil det være meget få personer, der kan kategoriseres som en nær kontakt.
5. I forhold til håndtering af kontaktopsporing anbefales det, at instruktøren tager kontakt til den corona-ansvarlige eller træneren i klubben, som sørger for at informere de nære kontakter. Vedkommende kan også selv informere de nære kontakter, hvis det giver mening.

En svømmer får symptomer/testes positiv for COVID-19:

Hvis en svømmer oplever symptomer på COVID-19 (tør hoste, ondt i halsen, feber, hovedpine, vejrtrækningsbesvær, muskelsmerter), skal følgende vejledning følges:

1. Hvis en svømmer får symptomer på COVID-19 i undervisningen, skal vedkommende straks forlade svømmebadet. Den corona-ansvarlige i klubben skal evt. kontakte svømmerens forældre.
2. Hvis symptomerne opstår inden undervisningen begynder, skal svømmeren blive hjemme og vedkommende må først vende tilbage til undervisningen, når han/hun har været symptomfri i 48 timer eller har fået foretaget en COVID-19 test, som er negativ. Ved symptomer på COVID-19 anbefales det altid at få foretaget en test.
3. Bliver svømmeren testet positiv for COVID-19, er det vigtigt, at alle de personer, vedkommende har haft nær kontakt til i den periode, hvor svømmeren har været smitsom, bliver informeret om, at vedkommende er smittet. Det kaldes "kontaktopsporing", og er et vigtigt redskab ift. at forebygge smittespredning. Ved en positiv COVID-19 test, må træneren/underviseren først vende tilbage til

undervisningen, når vedkommende har været symptomfri i 48 timer (sst.dk).

4. Undlad at skabe utryghed blandt de øvrige svømmere, som har været i hallen samtidig med den smittede svømmer, og sørg for kun at informere de personer, som har været i nær kontakt med vedkommende inden for 48 timer, før symptomerne er startet. Dvs. holdkammerater, instruktør og andre, som har stået tæt på i omklædningsrummet (mindre end 1 meter) og eller har været i direkte fysisk kontakt med vedkommende. Hvis svømmeren og klubben har fulgt Sundhedsstyrelsens råd om fysisk afstand, hostetikette og hygiejne, vil det være meget få personer, der kan kategoriseres som en nær kontakt.
5. I forhold til håndtering af kontaktsporing anbefales det, at svømmeren tager kontakt til den corona-ansvarlige eller instruktøren i klubben, som sørger for at informere de nære kontakter.

Nyttige links

Via dette [link](#) finder i DIF og kulturministeriets generelle retningslinjer for idrætsaktiviteter.

Positiv corona-test: https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Test/Piece_Til-dig-der-er-testet-positiv-for-ny-coronavirus.ashx?la=da&hash=4B4E2D802234D32A771B54A3ECB5EEB696C1D7BB

Bilag 1

VANDSPORTENS CORONA-REGLER



SYMPTOMER? BLIV HJEMME!

Hvis du føler dig syg eller på anden måde utilpas, skal du blive hjemme fra svømmehallen. Det gælder også, hvis du har været i kontakt med en person, der er testet positiv for Covid-19.



SPRIT AF

Afsprit eller vask hænder ved ankomst til svømmehallen.



MAX 50 PERSONER PER GRUPPE
(OP TIL OG MED 21 ÅR)

MAX 10 PERSONER PER GRUPPE
(21 ÅR ELLE DEROVER)

Der må maksimalt trænes i grupper af 50/10 personer inklusiv træner og tilbedder. En træner kan IKKE være træner for flere grupper på samme tid.



GOD HYGIEJNE – BAD I SVØMMEHALLEN!

Bad i svømmehallen, vis hensyn og hold afstand! Følg svømmehallens anvisninger.



HOLD AFSTAND – OGSÅ NÅR DU SVØMMER

Mindst 1 meters afstand på bassinkanten og mindst 2 meters afstand ved fysisk aktivitet hvis muligt.



BÆR MUNDBIND UDEFOR BASSINOMRÅDER OG OMKLÆDNINGSRUM

Mundbind bæres så snart du træder ind i svømmehallens forhal og når du går rundt eller opholder dig i svømmehallens forhal, på tilskuerpladser, klublokale, loungeområder og lignende. Mundbind skal ikke bæres i omklædningsrum, til og fra bassinet, samt under idrætsaktivitet.



BRUG HELST EGET UDSTYR

Medbring egne svømmebriller og andet svømmeudstyr. Fælles udstyr rengøres rutinemæssigt.



OMKLÆDNING

Antallet af personer i omklædningsrum/bad afhænger af gulvarealet (der skal være 4m² per person til rådighed). Følg svømmehallens anvisninger om brug af skabe.



UNDGÅ TØRTÆNING PÅ BASSINKANTEN

Undgå for eksempel at lave dryland, opvarmning eller andet tørtæning på land i svømmehallen.

Bilag 2

EKSEMPLER PÅ INDELING AF BASSIN

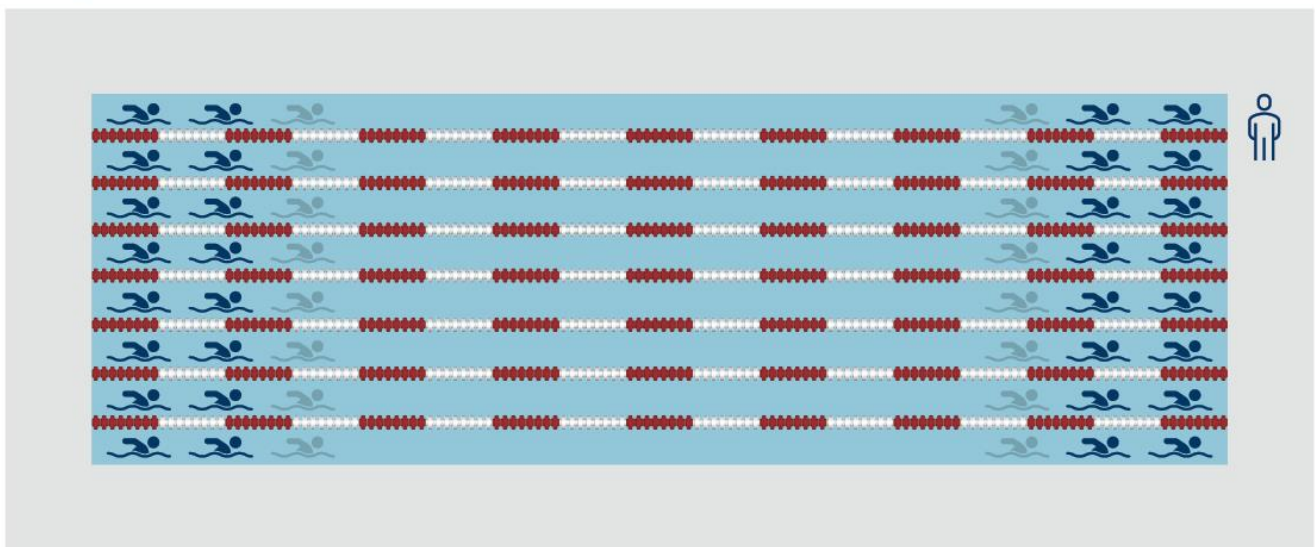
Eksemplerne nedenfor tager udgangspunkt i, at udøverne skal kunne opholde sig ved kanten med to meters afstand imellem sig, hvad enten det er bassinsvømning eller undervisning.

Eksemplerne nedenfor tager udgangspunkt i de mest restriktive retningslinjer. Det betyder, at hvis det ikke er muligt at overholde de generelle retningslinjer for afstand, kan svømmeklubben vælge at dispensere ned en meters afstand. Dette kan ske så længe, at der er ekstra stor opmærksomhed på, at de øvrige generelle sundhedsmæssige retningslinjer efterleves.

16*50 METER BASSIN

I et svømmebad på 16*50 meter er der plads til i alt 200 svømmere, hvis der afsættes 4 m² til hver svømmer. Hvis der inddrages en afstandszone på 2 meter mellem to eller flere grupper, kan der være færre svømmere i bassinet.

Antallet af svømmere i vandet afhænger dog også af selve aktiviteten, og hvorvidt svømmerne skal kunne holde pause ved kanten samtidig.

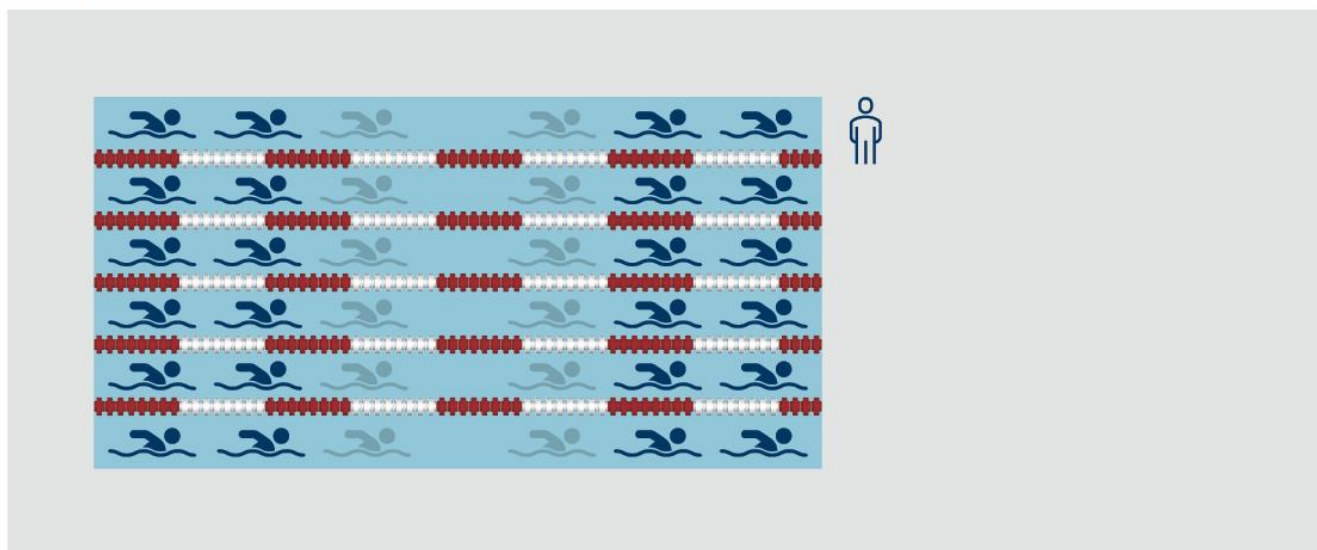


- I eksemplet ovenfor angives 4-8 svømmere per bane, men antallet afhænger af, hvorvidt svømmerne kan holde pause ved at holde fast i banetovet. Det kan således tænkes at ved undervisning af ældre og mere erfarne svømmere, kan der være flere svømmere pr. bane. Eksempelvis 4-10 svømmere, fordi de lettere kan holde pause ved banetovet end de yngre og mere uerfarne svømmere.
- Det anbefales at halvdelen af svømmerne pr. bane, holder pause i hver sin ende af bassinet.
- Ved banesvømning kan træneren agere corona-ansvarlig, og der er derfor ikke behov for en dedikeret person til denne opgave.

12,5*25 METER BASSIN

I et svømmebad på 12,5*25 meter er der plads til i alt 78 svømmere, hvis der afsættes 4 m² til hver svømmer (og der inddeles i flere grupper).

Antallet af svømmere i vandet afhænger dog også af selve aktiviteten, og hvorvidt svømmerne skal kunne holde pause ved kanten samtidig.



- I eksemplet ovenfor angives 4-6 svømmere per bane, men antallet afhænger af, hvorvidt svømmerne kan holde pause ved at holde fast i banetovet. Det kan således tænkes at ved undervisning af ældre og mere erfarne svømmere, kan der være flere svømmere pr. bane. Eksempelvis 4-8 svømmere, fordi de lettere kan holde pause ved banetovet end de yngre og mere uerfarne svømmere.
- Det anbefales at halvdelen af svømmerne pr. bane, holder pause i hver sin ende af bassinet.
- Ved banesvømning kan træneren agere corona-ansvarlig, og der er derfor ikke behov for en dedikeret person til denne opgave.