DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

VANDSPORTENS CORONA-REGLER

Vejledning for svømmeklubber ved brug af svømmebade

Opdateret 8. september 2020

De danske svømmeklubber har siden den 8. juni haft adgang til svømmebade landet over. Det gælder for alle aldre og for alle niveauer. Men brugen af svømmebade skal foregå på en ansvarlig måde, hvor svømning, udspring, livredning, kunstsvømning, vandpolo og øvrige vandaktiviteter kan skabe glæde og fællesskab, men ikke bidrager til spredning af smitte. En forsvarlig genåbning indebærer, at hver enkelt svømmeklubs ledelse og ansatte, eller de i øvrigt ansvarlige, tager fælles ansvar for, at genåbningen sker på en måde, hvor smittespredningen begrænses mest muligt, herunder at der sikres afstand mellem mennesker, og at der fortsat er et skærpet fokus på hygiejne i henhold til myndighedernes generelle retningslinjer. Man skal undgå fremmøde ved sygdomssymptomer, og man bør forlade aktiviteten straks, såfremt man får symptomer.

Denne vejledning beskriver Danmarks Idrætsforbunds, DGI 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. m^2 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.

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

Indhold

Overordnede retningslinjer til bestyrelsen i svømmeklubben 3
Overordnede retningslinjer for afvikling af aktiviteter i svømmebadet 3
Personer der ikke må deltage i aktiviteter 4
Bad og omklædning 4
Udstyr 5
Hygiejne 5
Generelle anbefalinger 6
Disciplinspecifikke retningslinjer 6
- Svømmeundervisning 6
- Udspring 6
- Kunstsvømning 7
- Vandpolo 7

Ved symptomer og positiv COVID-19 test 7
Nyttige links 8
Bilag 1 9
Bilag 2 10

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

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 og forsamlingsforbuddet overholdes.
- Antallet af gæster monitoreres løbende, så de gældende retningslinjer for sikker afstand mellem brugere i bassiner og omklædningsrum kan overholdes. Dette kan gøres ved at man udpeger en eller flere overordnede ansvarlige ledere, instruktører eller trænere fra svømmeklubben, som kan være til stede ved træning og undervisning. På konkurrence- og voksenhold kan en træner være corona-ansvarlig samtidig med at vedkommende varetager træningen. Ved flere svømmeskolehold på samme tid anbefales det imidlertid, at den corona-ansvarlige er dedikeret til opgaven. 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 berøring med.
- Svømmeklubben skal sørge for den nødvendige oplæring og information af trænere, instruktører, ledere og frivillige med relation til aktiviteterne i svømmebadet. Dette bør foretages i god tid, inden aktiviteterne påbegyndes. Aktiviteterne bør kun starte op, hvis bestyrelsen føler sig tryg ved, at aktiviteterne kan udøves med afsæt i de gældende retningslinjer og anbefalinger fra sundhedsmyndighederne og i denne vejledning.
- Svømmeklubben skal i samarbejde med svømmebadet sikre tydelig skiltning med Vandsportens corona-regler (Se bilag 1) samt andre relevante afmærkninger i forhold til aktiviteter i svømmebadet.
- Klubben anbefales at etablere et træner- og lederforum, hvor koordinering sikres mellem bestyrelse samt trænere og ledere.

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 den pågældende svømmebad, som følger retningslinjerne.
- De generelle retningslinjer i forhold til forsamlingsforbuddet på 50 personer skal overholdes. Der må gerne være flere end forsamlingsforbuddet til stede på én idrætsfacilitet/i et bassin - dog kun så længe, der er tale om forskellige grupper, der hver især holder sig indenfor forsamlingsforbuddet. Det kan være en fordel at inddele i mindre grupper end 50 personer. Hvis der er flere grupper til stede i det samme bassin, skal man sikre, at der er tilstrækkelig afstand mellem grupperne, så de ikke udgør én samlet gruppe. Anbefalingen er, at der er mindst 2 meter mellem hver gruppe á 50 personer og at markeringer tydligeligt angiver adskillelsen mellem de respektive grupper.
- 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 m^2 ved ophold i såvel bassin som på gulvareal. Det vil sige, at der ligeledes maksimalt må være én udøver for hver 4 m^2 i omklædningsrummene. Forældre

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

tæller med i kravet om maksimalt én person for hver 4 m² både i bassin og på gulvareal, uanset barnets alder.

- 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 den enkelte svømmebade.
- 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. Ved hjælp til påføring af udstyr – for eksempel et svømmebælte – anbefales det at underviseren står bag ved udøveren (dvs. ansigt til ryg), så ansigt-til-ansigt kontakt undgås.
  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.

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
- 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.

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

- Forældre skal følge de gældende regler i forhold til at hjælpe børn med omklædningen i svømmebadet. Forældre tæller med i kravet om maksimalt én person for hver 4 m^2 i forbindelse med omklædning, uanset barnets alder.

Udstyr

- Det anbefales, at deltagerne medbringer deres eget udstyr. Det vil sige badehætte, briller, plade, pull-bouy, 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, svømmebælter og aquaorme) rengøres rutinemæssigt, eksempelvis inden dagens svømmeundervisning 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 udøveres 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.

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

Generelle anbefalinger

- Klublokaler, caferier og lignende lokaler ved svømmebadet kan anvendes på forsvarlig vis. 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 undervisning før den tid, de skal i omklædningen og bedes forlade svømmebadet direkte efter undervisningen.
- Deltagerne skal straks ved ankomst til svømmebadet placere sig i den gruppe, som de deltager i undervisningen. Grupper må ikke flettes, og deltagere må ikke skifte mellem forskellige grupper under aktiviteten.
- 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.

Disciplinspecifikke retningslinjer

Svømmeundervisning

- Det anbefales, at undervisningen 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.
- For svømmeundervisning, som kræver fysisk kontakt til børnene, må forældre og instruktører gerne være med i vandet, så længe gruppen ikke overskrider 50 personer inklusive instruktører, og man skal i alle tilfælde overholde kravet om 4 m^2 bassinoverflade for hver deltager.
- I forbindelse med børnesvømning bør det tilstræbes, at hjælpeinstruktører og instruktører minimerer eller reducerer varigheden af kontakt, særligt ansigt-til-ansigt kontakt. Der må naturligvis være fysisk kontakt med børnene i livreddende situationer.
- Ved mindre bassiner (fx terapibassiner) må der maximalt være 50 personer i alt inklusive trænere og man skal i alle tilfælde overholde kravet om 4 m^2 bassinoverflade for hver deltager.

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 opfodres generelt til, at man ikke laver tørtræning i svømmebadet.
- Der anbefales, at platforme og gelændere rengøres mellem hver træning

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

Kunstsvømning

- 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 fortaget 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, hosteetikette og hygiejne, vil det være meget få personer, der kan kategoriseres som en nær kontakt.

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

5. I forhold til håndtering af kontaktsporing 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 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 fortaget 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, hosteetikette 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/Pjece_Til-dig-der-er-testet-positiv-for-ny-corona-virus.ashx?la=da&hash=4B4E2D802234D32A771B54A3ECB5EEB696C1D7BB

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

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 100 PERSONER PER GRUPPE (INKL. TRÆNER OG LIVREDDER)

Det kan dog være en fordel at inddele udøvere i mindre grupper.

GOD HYGIEJNE – BAD I SVØMMEHALLEN!

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

BRUG HELST EGET UDSTYR

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

HOLD AFSTAND – OGSÅ NÅR DU SVØMMER

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

UNDGÅ TØRTRÆNING PÅ BASSINKANTEN

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

BRUG AF SKABE

Følg svømmehallens anvisninger om brug af skabe.

DANSK SVØMMEUNION DGI Dansk Svømmebadsteknisk Forening

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

Bilag 2

EKSEMPLER PÅ INDDELING 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.

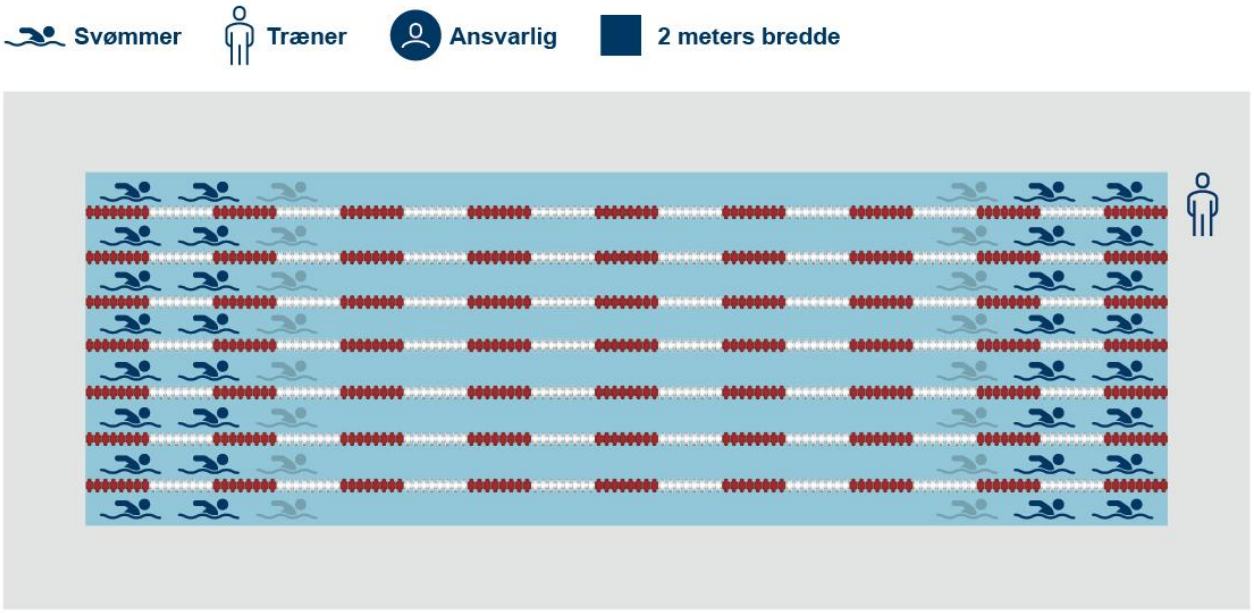
Eksemplerne nedenfor tager udgangspunkt i de mest restriktive retningslinjer. Det betyder, at hvis det ikke er muligt at overholde de generelle retningslinjer for afstand, kan svømmeklubben vælge at dispensere ned en meters afstand. Dette kan ske så længe, at der er ekstra stor opmærksomhed på, at de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

Såfremt pause ved kanten ikke er nødvendigt i undervisningen (eksempelvis ved Aquafitness og lignende aktiviteter) kan der være flere udøvere i vandet ad gangen, så længe kravet om 4m2 pr. person overholdes.

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.

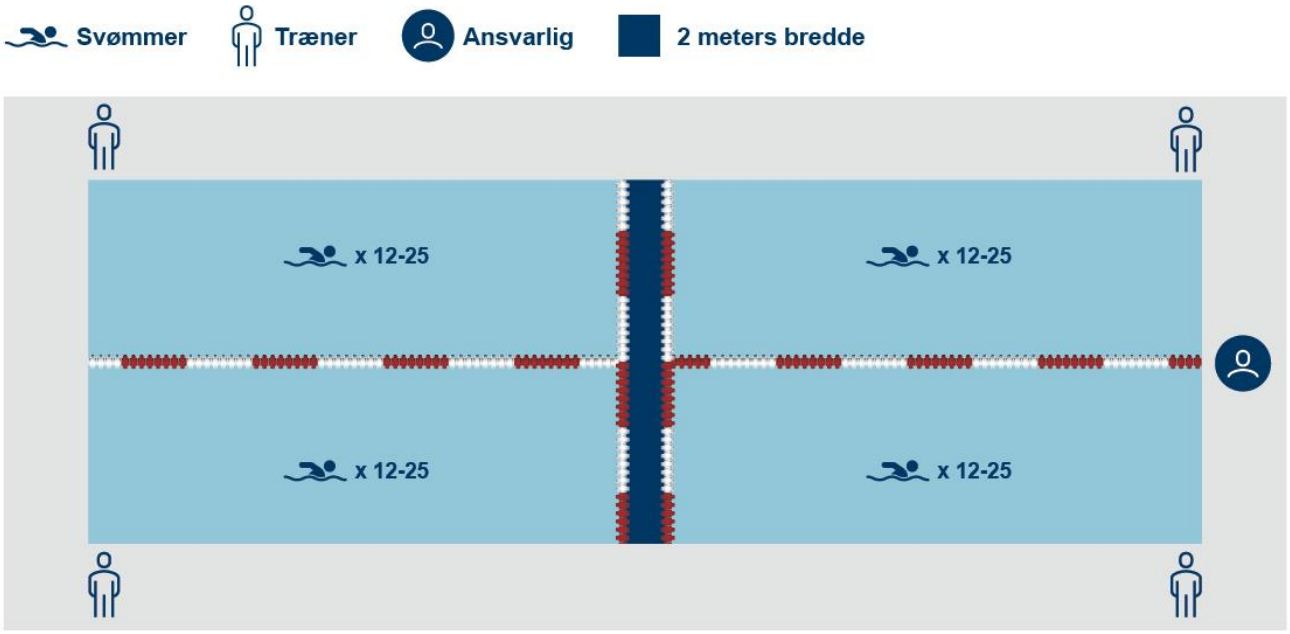
DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

EKSEMPLER PÅ INDDELING AF BASSIN

16*50 METER BASSIN



- Denne inddeling af bassinet er tiltænkt undervisning i svømmeskolen, hvor deltagerne svømmer på tværs af bassinet, eller til for eksempel undervisning i vandaerobic eller aquaspinning.
- Antallet af personer i bassinet afhænger af, om der er behov for at samle deltagerne ved kanten. Ved behov for at samle deltagerne ved kanten, er der således kun plads til 12 deltagere.
- Det anbefales af have en corona-ansvarlig ved svømmebadet, som er dedikeret til opgaven, og som ikke også agerer træner.

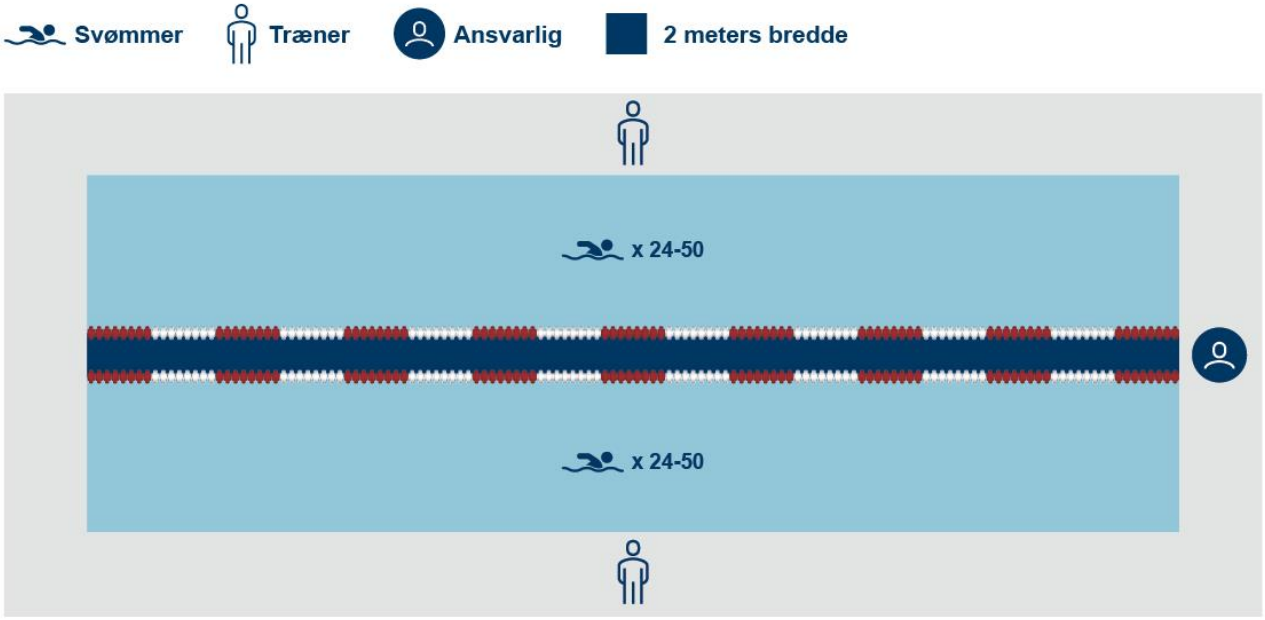
DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

EKSEMPLER PÅ INDDELING AF BASSIN

16*50 METER BASSIN



- Denne inddeling af bassinet er tiltænkt undervisning i svømmeskolen, hvor deltagerne svømmer på tværs af bassinet, eller til for eksempel undervisning i vandaerobic eller aquaspinning.
- Antallet af personer i bassinet afhænger af, om der er behov for at samle deltagerne ved kanten. Ved behov for at samle deltagerne ved kanten, er der således kun plads til 24 deltagere.
- Det anbefales af have en corona-ansvarlig ved svømmebadet, som er dedikeret til opgaven, og som ikke også agerer træner.

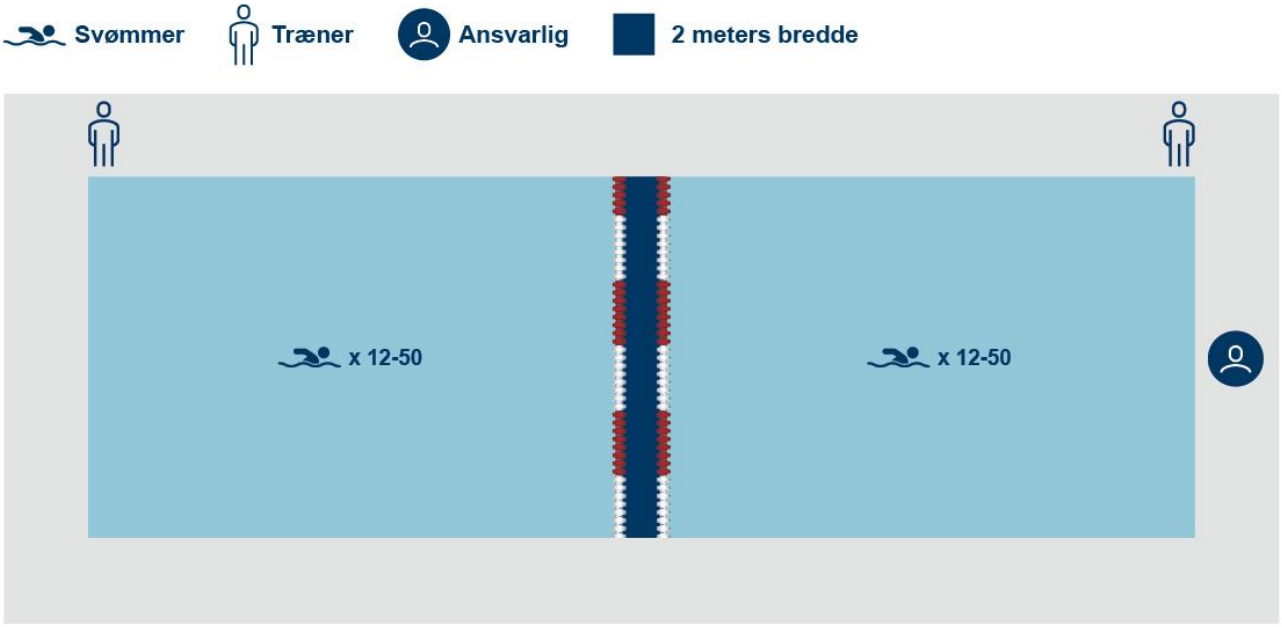
DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

EKSEMPLER PÅ INDDELING AF BASSIN

16*50 METER BASSIN



- Denne inddeling af bassinet er tiltænkt undervisning i svømmeskolen, hvor deltagerne svømmer på tværs af bassinet, eller til for eksempel undervisning i vandaerobic eller aquaspinning.
- Antallet af personer i bassinet afhænger af, om der er behov for at samle deltagerne ved kanten. Ved behov for at samle deltagerne ved kanten, er der således kun plads til 12 deltagere.
- Det anbefales af have en corona-ansvarlig ved svømmebadet, som er dedikeret til opgaven, og som ikke også agerer træner.

DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

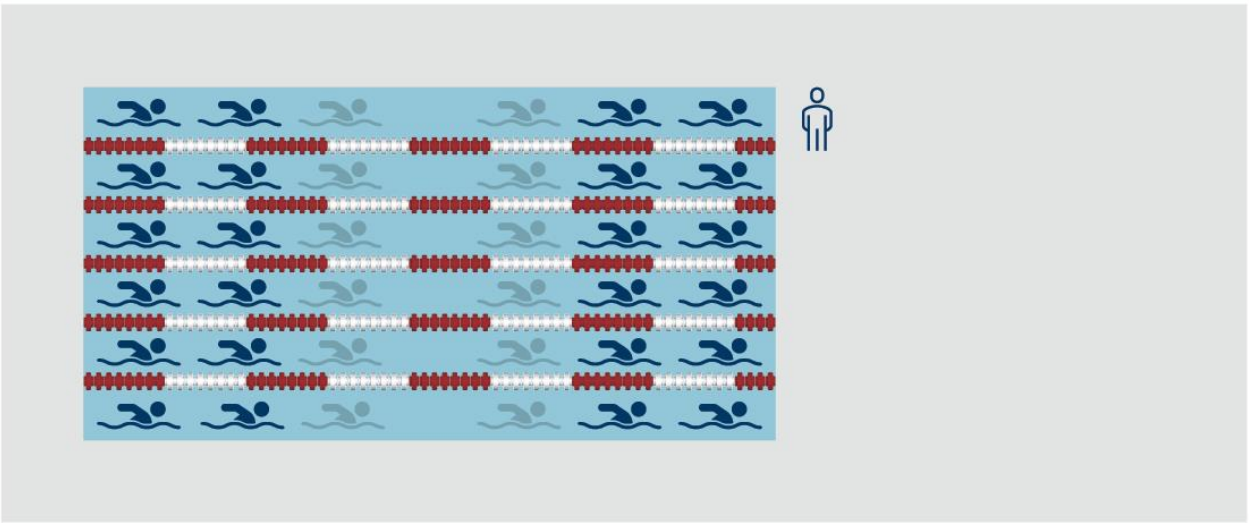
EKSEMPLER PÅ INDDELING AF BASSIN

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.

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

Svømmer Træner Ansvarlig



- 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.

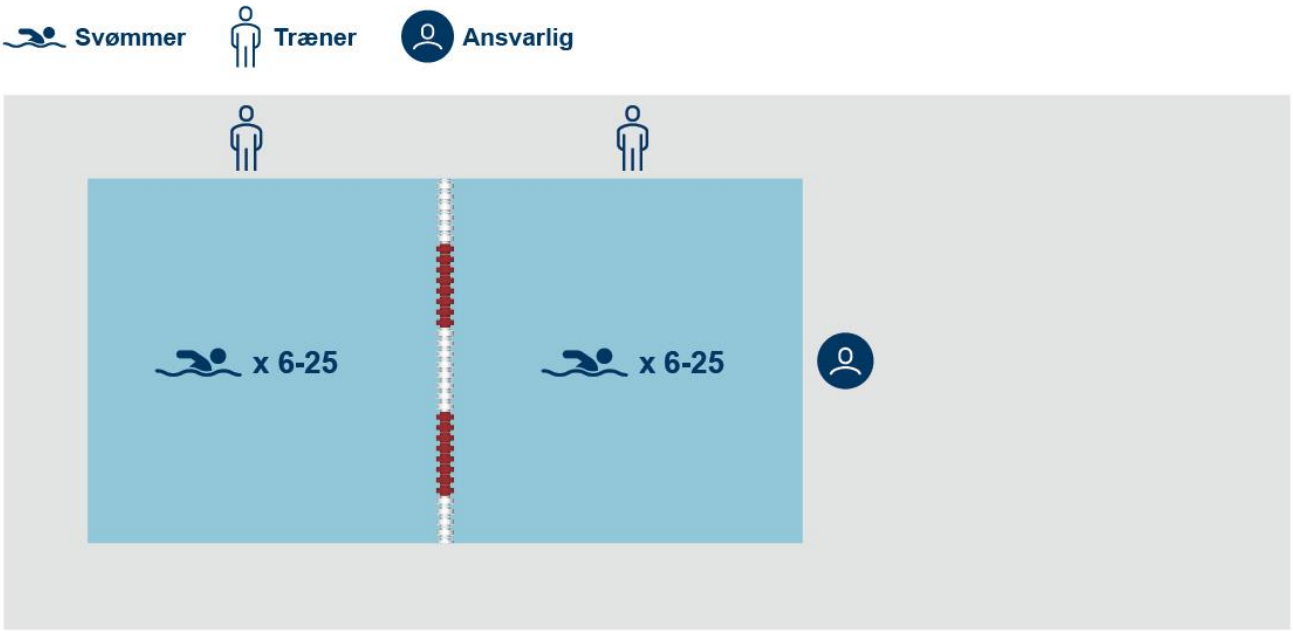
DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

EKSEMPLER PÅ INDDELING AF BASSIN

12,5*25 METER BASSIN



- Denne inddeling af bassinet er tiltænkt undervisning i svømmeskolen, hvor deltagerne svømmer på tværs af bassinet, eller til for eksempel undervisning i vandaerobic eller aquaspinning.
- Antallet af personer i bassinet afhænger af, om der er behov for at samle deltagerne ved kanten. Ved behov for at samle deltagerne ved kanten, er der således kun plads til 6 deltagere.
- Det anbefales af have en corona-ansvarlig ved svømmebadet, som er dedikeret til opgaven, og som ikke også agerer træner.

DANSK SVØMMEUNION

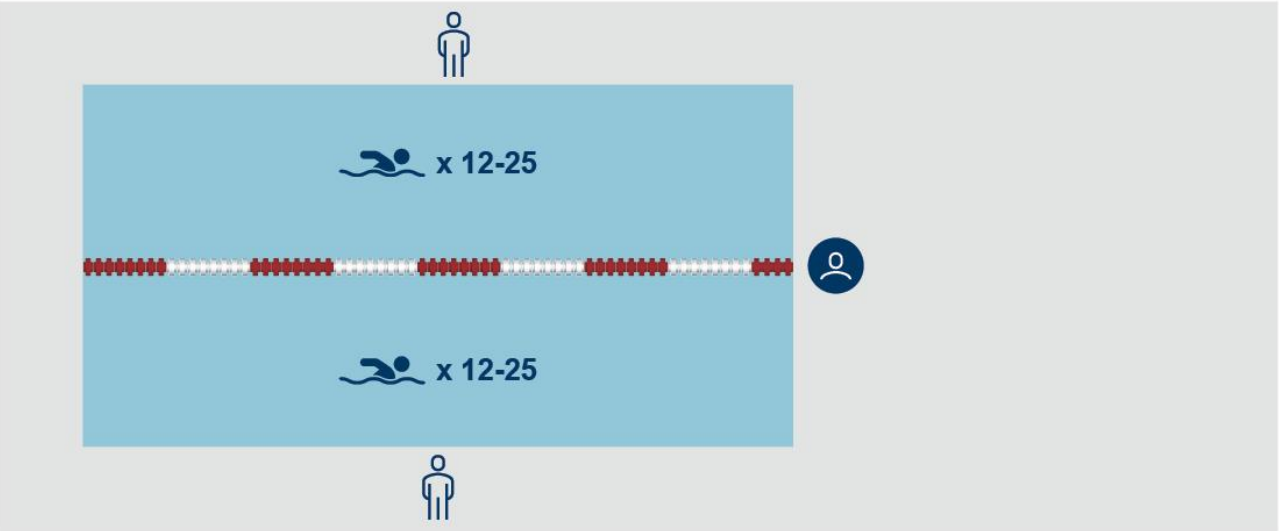
Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

EKSEMPLER PÅ INDDELING AF BASSIN

12,5*25 METER BASSIN

Svømmer Træner Ansvarlig



- Denne inddeling af bassinet er tiltænkt undervisning i svømmeskolen, hvor deltagerne svømmer på tværs af bassinet, eller til for eksempel undervisning i vandaerobic eller aquaspinning.
- Antallet af personer i bassinet afhænger af, om der er behov for at samle deltagerne ved kanten. Ved behov for at samle deltagerne ved kanten, er der således kun plads til 12 deltagere.
- Det anbefales af have en corona-ansvarlig ved svømmebadet, som er dedikeret til opgaven, og som ikke også agerer træner.

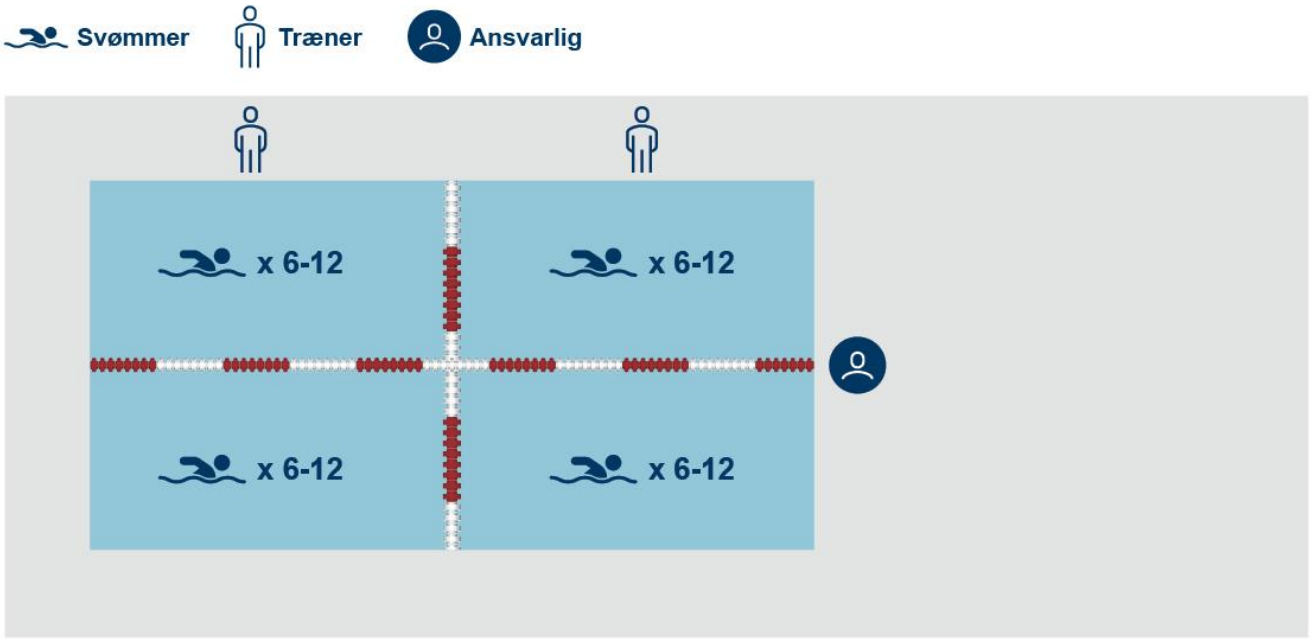
DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

EKSEMPLER PÅ INDDELING AF BASSIN

12,5*25 METER BASSIN



- Denne inddeling af bassinet er tiltænkt undervisning i svømmeskolen, hvor deltagerne svømmer på tværs af bassinet, eller til for eksempel undervisning i vandaerobic eller aquaspinning.
- Antallet af personer i bassinet afhænger af, om der er behov for at samle deltagerne ved kanten. Ved behov for at samle deltagerne ved kanten, er der således kun plads til 6 deltagere.
- Det anbefales af have en corona-ansvarlig ved svømmebadet, som er dedikeret til opgaven, og som ikke også agerer træner.

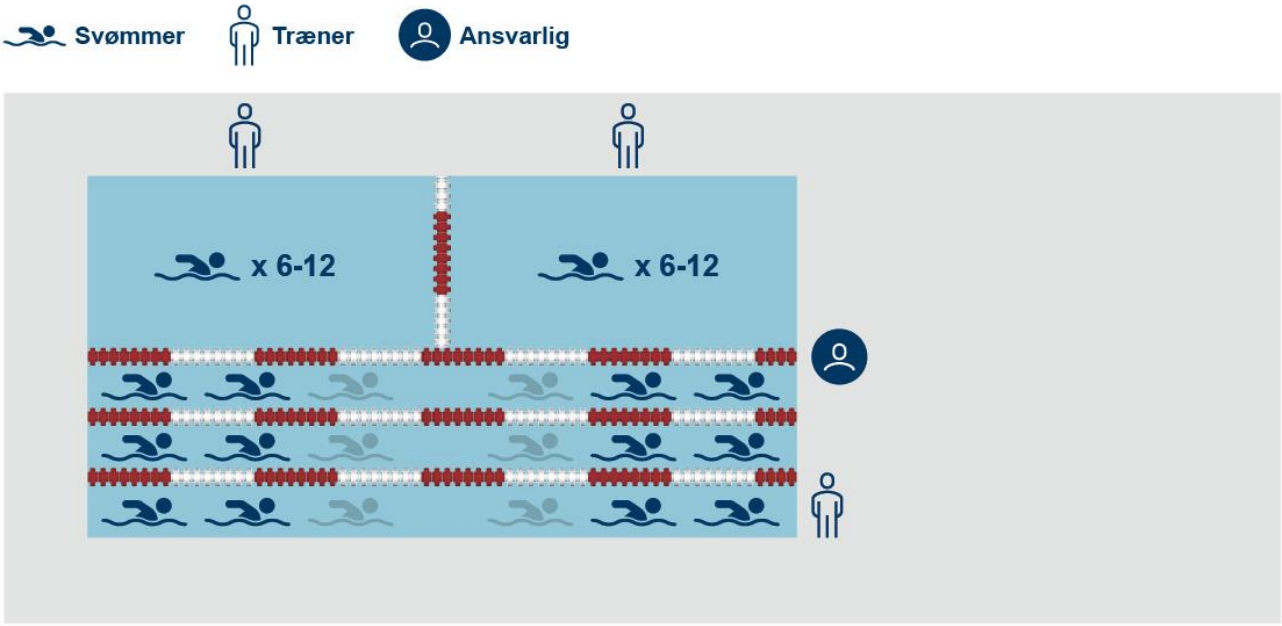
DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50
svoem@svoem.dk
www.svoem.org

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby

EKSEMPLER PÅ INDDELING AF BASSIN

12,5*25 METER BASSIN



- Denne inddeling af bassinet er tiltænkt undervisning i svømmeskolen, hvor deltagerne svømmer på tværs af bassinet, eller til for eksempel undervisning i vandaerobic eller aquaspinning, samtidig med at der er banesvømning på de tre tilstødende baner.
- 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.
- Det anbefales af have en corona-ansvarlig ved svømmebadet, som er dedikeret til opgaven, og som ikke også agerer træner.