



Vadlīnijas epidemioloģiski drošai badmintona spēlēšanai

Individuālo apmeklējumu un treniņu norises vieta

- Badmintonu individuāli spēlēt un individuāli trenēties var valsts, pašvaldību, skolu, augstskolu, olimpisko centru daudzfunkcionālajās sporta zālēs vai privātos klubos, saskaņā ar sporta zāles administrācijas noteiktu grafiku.
- Ir pieļaujama vairāku badmintona laukumu izmantošana vienā sporta zālē, bet tikai pie nosacījuma, ka badmintona vienspēļu laukumi viens no otra atrodas pietiekoši tālu, lai starp laukumiem var novietot šķēršļus, tai skaitā nolaižamas žalūzijas, troses, reklāmas planšetes, vējturus vai sporta solus.
- Ja sporta zālē ir vairāki badmintona laukumi, jābūt redzamām norādēm par ejām uz un no badmintona laukumiem, lai spēlētāju ceļi nekrustotos.

Dalībnieku reģistrācija

- Pirms treniņa ir nepieciešama iepriekšēja reģistrācija. Badmintona laukumā var atrasties tikai reģistrēti dalībnieki.
- Spēlētāju reģistrāciju nodrošina sporta centra administrācija vai tās pilnvarotas personas, reģistrējot katru spēlētāju, kurš konkrētajā laikā bijis uz konkrētā badmintona laukumā. Reģistra datus jāuzglabā 30 dienas.
- Spēlētāji un treneri var atrasties tikai konkrētajā badmintona laukumā, kurā ir pierēģistrēti uz konkrēto treniņu.
- Ja laukums tiek īrēts uz 1h, tad šo konkrēto laukumu konkrētās stundas laikā vienlaicīgi var izmantot tikai 2 (divi) konkrētie spēlētāji. Ja laukums tiek īrēts uz 1,5h, tad pieļaujams, ka ir 3 (trīs) cilvēki, bet vienlaicīgi var spēlēt tikai 2 (divi), kamēr trešais drošā attālumā gaida iespēju spēlēt.

Pirms un pēc treniņa

- Telpā, kurā atrodas badmintona laukumi, nedrīkst atrasties skatītāji un treniņa dalībniekus pavadošās personas, kuras nepiedalās šajā treniņā.
- Spēlētājiem jāierodas sporta zālē ne agrāk kā 5 minūtes pirms treniņa sākuma, jau saģērbtiem badmintona spēles formā.
- Iesildīšanas ir jāveic ārpus zāles vai speciāli izraudzītā laukumā.
- Ja pēc treniņa vairāki spēlētāji vienlaikus atstāj sporta zāli, tad vispirms no zāles iziet spēlētāji, kuri ir vistuvāk izejai.
- Spēlētājiem jāaiziet no zāles uzreiz pēc treniņa, tūlīt jāpamet arī ēka.
- Starp diviem secīgiem treniņiem jābūt pietiekami ilgam laika periodam, lai nodrošinātu, ka spēlētāji no pirmā treniņa var atstāt zāli, pirms spēlētāji uz nākamo treniņu var iekļūt zālē.

Dezinfekcija un epidemioloģiskā drošība

- Pēc katra treniņa tiek nodrošināta sporta zāles papildus ventilācija, nodrošinot, ka telpā ieplūstu svaigs gaiss.
- Pie ieejas zālē jābūt pieejamiem dezinfekcijas līdzekļiem.
- Spēlētājiem un treneriem, kas iekārto zāli, tai skaitā izvieta tīkla balstus un uzkar tīklus, jālieto vienreizējās lietošanas cimdi.

Individuālā treniņa apstākļi

- Spēlētāji izmanto tikai savu aprīkojumu - badmintona raketes, apavus, dzērienu pudeles. Spēlētāji tiek aicināti pārliecināties par to, vai viņu rīcībā ir pietiekošs inventāra daudzums, t.sk. rezerves raketes un cits inventārs.
- Jāizvairās no visiem ķermeņa kontaktiem, tai skaitā gan uz badmintona laukuma, gan ārpus tā. Starp spēlētājiem jāievēro 2m attālums.
- Ir atļauts spēlēt tikai vienspēles un izpildīt vingrinājumus esot vienam spēlētājam vienā laukuma pusē. Vienlaicīgi uz badmintona laukuma var atrasties tikai 2 (divi) cilvēki.
- Vieni un tie paši spēlētāji, kā arī viens un tas pats treneris trenējas kopā. Individuālā treniņa laikā partneri netiek mainīti.
- Pie katra badmintona laukuma ir jābūt iezīmētām divām vietām (katrā tīkla pusē viena), kur katrs no laukumā esošajiem spēlētājiem var novietot savu aprīkojumu (somu, dzērienu, drēbes), kā arī pienākt uz šo vietu pauzē.
- Mainoties pusēm, spēlētāji kustību veic pulksteņa rādītāja virzienā, apejot tīklu no kreisās puses, tā, lai spēlētāju ceļi pie tīkla nekrustotos.
- Lai izvairītos no abu spēlētāju drūzmēšanas pie tīkla, pēc izspēles, kurā badmintona bumbiņa nav pārsista tīklam, punktu zaudējušajam spēlētājam ir jāpadod bumbiņa pretiniekam, kurš jau gaida aiz serves līnijas (2m).
- Attiecīgajā laukumā izmantotās badmintona spalvu bumbiņas nevar tikt 72h laikā būt izmantotas citos badmintona laukumos vai individuālajos treniņos. Ieteikums tās tūlītēji utilizēt vai speciāli noglabāt.

Dalībnieku veselības stāvoklis

- Treniņā piedalās tikai tie spēlētāji, kuriem nav tādi simptomi kā klepus, muskuļu sāpes, drudzis, slikta dūša, caureja un garšas sajūtas traucējumi.
- Gadījumā, ja kādam no spēlētājiem parādās Covid-19 simptomi, nekavējoties jāizveido tiešu saziņu ar pārējiem dalībniekiem, kas kopā trenējušies uz tā paša badmintona laukuma.

Visi spēlētāji un treneri ir informēti par šīm Vadlīnijām un dara visu iespējamo, lai sekotu tām. Ja kāds spēlētājs vai treneris šīs Vadlīnijas neievēro, viņu tūlītēji izslēdz no treniņa.