



NORGES RYTTERFORBUND

Koronavettregler

Revidert 07.mai

I tillegg til Helsedirektoratets retningslinjer og NIFs fellesidrettslige anbefalinger har NRYF utarbeidet egne retningslinjer- NRYFs Koronavettregler.

Vi minner om at det overordnede **målet** fortsatt er **å ikke spre smitte**. Det er opp til den enkelte selv å velge om de ønsker å starte opp aktivitet i tråd med koronavettreglene, og evt. når det skal skje. Den enkelte står selvsagt fritt til å ha strengere krav for sitt anlegg og sine medlemmer/oppstallører.

Koronavettreglene er å anse som minimumsbegrensinger og det er ikke adgang til å få dispensasjon fra disse.

All idrettslig aktivitet må forholde seg til NIFs retningslinjer, dette gjelder også når trening skjer digitalt.

All aktivitet med hest må **gjøres** med et særdeles sterkt fokus på sikkerhet for å unngå ulykker og skader. Husk at hesten kan være passiv smittebærer, ingen «mule-kyss»

Under følger særskilte retningslinjer for trening av egen hest og ridning i rideskole.

Ridning av egen hest med eller uten trener:

- Vask av hender ved ankomst stallen
- Rengjøring/ desinfisering av hestens utstyr – spesielt tøyene
- Ri med eget utstyr som hjelm og ev. sikkerhetsvest
- Ha på hansker til enhver tid
- Alle må holde minimum 1 meters avstand
- Dersom det kun er barn og unge som rir, skal det være en voksen til stede for å påse at avstandskravet overholdes

Ridning i rideskole:

- Stallen og andre fellesareal er i utgangspunktet ikke åpen for rideskoleelever, rideskolen definerer oppmøtested.
- Vask/desinfisering av hender **gjøres** i forkant
- Rideskolen **sørger** for rengjøring/ desinfisering av hestens utstyr – spesielt tøyene, etter hver økt
- Rideskolen **sørger** for at hestene er ferdig salet opp, utdeling av hester skjer i tråd med gjeldende smittevernregler.
- Alle må ri med eget utstyr som hjelm og ev. sikkerhetsvest
- Ha på hansker til enhver tid
- Rideskolen må selv vurdere om arealet som disponeres er stort nok for å kunne overholde retningslinjene om avstand.
- Man kan benytte seg av hjelp som krever fysisk kontakt ogleier dersom vedkommende er fra samme husstand som rytter.
- Alle må holde minimum 1 meters avstand



NORGES
RYTTERFORBUND

Norges Rytterforbund

0480 OSLO

Tel: +47 21 02 90 00

E-post: nryf@rytter.no

Web: www.rytter.no