

## Sporditreeningute korraldamine 14. detsembrist 2020

Tulenevalt Vabariigi Valitsuse 19. augusti 2020 korraldusest nr 282 (muudetud 10. detsember 2020 korraldusega nr 440) „COVID-19 haiguse leviku tõkestamiseks vajalikud liikumisvabaduse ning avalike koosolekute pidamise ja avalike ürituste korraldamise piirangud“ on **sporditreeningud välitingimustes ja sisetingimustes alates 14. detsembrist 2020. a kuni 3. jaanuarini 2021. a lubatud, kui:**

- 1) **sisetingimustes** on tagatud kontaktivaba **individuaaltegevus** ja **individuaaltreening**, sealhulgas koos juhendajaga;
- 2) **välitingimustes** on tagatud, et osalejate arv **grupis on kuni 10 inimest** ning tagatud peab olema, et **kokku ei puututa teiste gruppidega**;
- 3) **sisetingimustes** võivad koos viibida ja liikuda **kuni kaks isikut, hoides teistega vähemalt kahemeetrist vahemaad**, välja arvatud koos liikuvad või viibivad perekonnad või juhul, kui nimetatud tingimusi ei ole mõistlikult võimalik tagada. **Välitingimustes toimub inimeste hajutamine**;
- 4) siseruumides **kantakse maski**. Nimetatud kohustus ei laiene alla 12-aastastele lastele või juhul, kui maski kandmine ei ole tervislikel põhjustel, töö või tegevuse iseloomu tõttu või muid olulisi põhjuseid arvestades võimalik;
- 5) ühiskasutatavad esemed **desinfitseeritakse** pärast igakordset kasutamist;
- 6) teenuse osutaja **tagab desinfitseerimisvahendite olemasolu** ja desinfitseerimisnõuete täitmise Terviseameti juhiste kohaselt.
- 7) **Ida- Virumaal ei ole sise- ja välitingimustes lubatud spordi- ja liikumisüritused alates 12. detsembrist 2020 kuni 3. jaanuarini 2021. Välitingimustes on individuaalne treening lubatud, sisetingimustes treening lubatud ei ole.**

Alapunktid 1, 2, 3 ja 7 ei kohaldata spordialaliidu võistlussüsteemis toimuvale professionaalsele sporditegevusele, sealhulgas täiskasvanute ja noorte koondiste liikmetele ja kandidaatidele ning võistkondlike alade meistriliigade mängijatele, riigi sõjalise kaitsega ja siseturvalisusega seotud tegevustele, ning puudega isikute tegevustele.

Korralduse nr 282 terviktekst on kättesaadav [siit](#).

Korralduse nr 440 terviktekst ja seletuskiri on kättesaadavad [siit](#).

## Minimaalsed nõuded sporditreeningute korraldamisele

- Haigusnähtudega isikud ei tohi tegevustes osaleda. Tegevuse korraldamise eest vastutaval isikul on õigus haigusnähtudega isik treeningult ära saata.
- Treeningule eelneval ja järgneval ajal tuleb siseruumides kanda kaitsemaski, v.a duši all käimisel. Kaitsemaski tuleb kanda alates spordiklubisse sisenemisest kuni treeningruumi sisenemiseni, sh riietusruumis. Maski võib ära võtta vahetult enne riietusruumist lahkumist treeningruumi ning tuleb tagasi panna pärast duši all käimist ja kanda kuni spordiklubist lahkumiseni.
- Kõik treeningpaigas viibivad treeningtegevusega otseselt sidumata isikud (sh lapsevanemad) peavad siseruumides kandma maski.
- Lubatud on üksnes kontaktivaba individuaalne treeningtegevus, mis tähendab, et treening saab toimuda kontaktivabalt maksimaalselt kahe isiku vahel vältides omavahelisi kontakte:
  - a) sportlane ja treener;
  - b) sportlane ja sportlane.Kontaktse iseloomuga treeningtegevus kahe isiku vahel ei ole lubatud (näiteks maadlemine, judo ja muu selline).

- Siseruumides võib treeningu eel, treeningu käigus ja treeningu järel koos viibida ja liikuda kuni kaks isikut, hoides teistega vähemalt kahemeetrist vahemaad. Reegel ei kehti koos viibivale ja liikuvale perele või juhul, kui seda ei ole võimalik mõistlikult tagada. Sellisel juhul on vajalik rakendada teisi viiruse levikut pidurdavaid meetmeid asjakohaste juhiste järgi, näiteks isikukaitsevahendite kasutamist, isikute sisenemispiirangut.
- Treening-, riietus- ja pesuruumidesse lubatakse inimesi kuni 50% tavapärasest täituvusest, kuid mitte rohkem kui 250.
- Väritingimustes peab tagama, et osalejate arv grupis ei ole rohkem kui 10 inimest ning teiste gruppidega kokku ei puututa. Lisaks võib rühma juures viibida treener või juhendaja. Näiteks kui jalgpalliväljaku ühes osas treenib üks 10-liikmeline treeninggrupp ning teises osas teine treeninggrupp, on lubatud mõlemal grupil samal ajal treenida tingimusel, et nende vahel on viiruse leviku ennetamiseks vajalik vahemaa ja puudub omavaheline kokkupuude.
- Sisetingimustes on lubatud vaid individuaaltegevused. Lähtudes individuaalõppe ja treeningtegevuse põhimõttest on lubatud treening näiteks koos juhendajaga, samuti ka koos treeningpartneriga, kuid sellisel juhul ei tohi olla juures juhendajat. Näiteks reketialadel (tennis, sulgpall, lauatennis ja muu selline) on lubatud, et treener treenib ühte sportlast ja ka treening, kus üks tennisist treenib teise tennisistiga. Rühmatreeningud on sisetingimustes keelatud. Näiteks ujulas, jäähallis või kergejõustikuhallis ei ole lubatud samal juhendajal erinevate isikute juhendamine samas sportimispaigas samal ajal. Individuaaltegevus tähendab, et isik viib tegevust ellu üksi või maksimaalselt ühe lisanduva sportlase või treeneriga.
- Kehtestatud piirangud ei kehti spordialaliidu võistlussüsteemis toimuvale professionaalsele sporditegevusele, sealhulgas täiskasvanute ja noorte koondiste liikmetele ja kandidaatidele ning võistkondlike alade meistriliigade mängijatele. Esiliiga, rahvaliiga ning harrastusspordiga tegelevad inimesed ei tohi grupis treenida kuni piirangute kehtivuse lõppemiseni. Ida-Virumaal on keelatud kogu sporditegevus siseruumides ning grupitreening välingtonimustes, v.a professionaalsetele sportlastele.
- Riskide maandamiseks on soovituslik viia siseruumides toimuvad treeningud üle välingtonimustesse.
- Alaealistele suunatud treeningut peab korraldama täiskasvanud treener või juhendaja.
- Treeningule on võimaluse korral tagatud eelregistreerimine. Eelregistreerimine on vajalik treeningsaalide puhul, kus käiakse vabalt valitud aegadel, et vältida ühte treeningsaali liiga paljude inimeste kogunemist ning järjekordade tekkimist treeningsaalide sissepääsude juures (nt jõusaali treeningud).
- Võimaluse korral tuleb kasutada isiklikke treeningvahendeid. Vahendite järgmisele isikule või grupile kasutada andmisel (sh laenutamisel) tuleb need enne desinfitseerida. Desinfitseerimisvahendite olemasolu ja vahendite puhastuse peab tagama tegevuse korraldaja või rajatise haldaja (kui on avalik spordirajatis). Näiteks jõusaalis vahendite kasutamine.
- Vältida tuleb kätlemist, kallistamist jm otseseid kontakte.
- Treeningute korraldaja jälgib, et isikud ei koguneks isetekkelistesse gruppidesse ega jääks tegevuste järel territooriumile.
- Treeningute korraldaja vastutab, et riskirühmadesse kuuluvate isikute (eelkõige vanemaealiste, krooniliste haiguste ja immuunpuudulikkusega inimeste) kokkupuude teiste isikutega oleks minimaalne.
- Treeningute korraldamise ja meetmete nõuete täitmise eest vastab treeningu korraldaja. Viiruse leviku tõkestamise meetme nõuetekohaselt täitmata jätmisel rakendatakse korrakaitseaduse § 28 lõikes 2 või 3 nimetatud haldussunnivahendeid. Sunniraha maksimaalne suurus on 9600 eurot. Sunniraha, mille eesmärk on kohustada korralduses kehtestatud nõudeid, meetmeid ja piiranguid järgima ning tõkestada viiruse levikut, võib määrata korduvalt.

## Hügieeni ja puhtuse tagamise meetmed

- Ruumide koristamine ja desinfitseerimine tagatakse Terviseameti soovitude kohaselt (leiab [siit](#)).

- Oluline on jälgida kätehügieeni, võimaluse korral pestakse käsi voolava sooja vee ja seebiga või kasutatakse desinfitseerimisvahendit. Käte desinfitseerimisvahendid tuleb paigutada liikumisteedele nähtavasse kohta. Kätepesu juhendi leiab [siit](#).
- Piisknakkuse leviku tõkestamiseks tuleb aevastades või köhides oma suu ja nina küünarvarre või salvrätikuga katta. Salv rätik ja teised isikukaitsevahendid visatakse seejärel kohe selleks ettenähtud tähistatud prügikasti ja pestakse käed.

Ürituste korraldaja, spordialaliit või spordiklubi võib oma üritusele kehtestada eelnimetatud nõuetest rangemaid nõudeid, kui see aitab viiruse leviku tõkestamisele kaasa.