

	Monitoring	Stupeň ostražitosti I.	Stupeň ostražitosti II.	I. stupeň varovania	II. stupeň varovania	III. stupeň varovania	IV. stupeň varovania
<b>interiér</b>	zvýšené hygienické opatrenia	15m <sup>2</sup> / 1 osoba / športovisku, podmienka dobrého vetrania alebo kvalitnej vzduchotechniky	25m <sup>2</sup> / 1 osoba / športovisku, podmienka dobrého vetrania alebo kvalitnej vzduchotechniky	35m <sup>2</sup> / 1 osoba / športovisku, za podmienky dobrého vetrania, alebo kvalitnej vzduchotechniky. Pokiaľ je to možné využite exteriér	35m <sup>2</sup> / 1 osoba / športovisku, za podmienky dobrého vetrania, alebo kvalitnej vzduchotechniky. Pokiaľ je to možné využite exteriér	Max. 5+1 osôb / na športovisku (min však 35m <sup>2</sup> /osobu), za podmienky dobrého vetrania, alebo kvalitnej vzduchotechniky. Pokiaľ je to možné využite exteriér	Využívanie interiérových športovísk nie je povolené
<b>exteriér</b>	zvýšené hygienické opatrenia	15m <sup>2</sup> / 1 osoba / športovisku	25m <sup>2</sup> / 1 osoba / športovisku	35m <sup>2</sup> / 1 osoba / športovisku	35m <sup>2</sup> / 1 osoba / športovisku	Max. 5+1 osôb jednom športovisku	Povolený je iba rekreačný individuálny šport a aktivity v prírode, max 6 osôb
<b>test</b>	podľa aktuálnej situácie (aktualizované priebežne)	podľa aktuálnej situácie (aktualizované priebežne)	podľa aktuálnej situácie (aktualizované priebežne)	s platným testom Atg/PCR - platnosť podľa reg.covidautomt, platí pre športovcov, trénerov a realizačný tím	s platným testom Atg/PCR - platnosť podľa reg.covidautomt, platí pre športovcov, trénerov a realizačný tím	s platným testom Atg/PCR - platnosť podľa reg.covidautomt, platí pre športovcov, trénerov a realizačný tím	Rekreačný šport v prírode je možné vykonávať v rámci okresu bez testu
<b>rúško</b>	pri výkone športovej aktivity NIE, mimo športoviska ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE, mimo športoviska ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE, mimo športoviska ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE, mimo športoviska ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE, mimo športoviska ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE, mimo športoviska ÁNO	Rúško nie je povinné v prípade pobytu v exteriéri mimo zastavaného územia (intravilánu) obce, pokiaľ ste od ostatných osôb, s ktorými nežijete v jednej domácnosti vzdialení viac ako 5 metrov a pri výkone športu.

<b>Miera kontaktu</b>	Bez obmedzenia	Bez obmedzenia	Bez obmedzenia	Pri všetkých aktivitách dodržiavaním odstupov 2m medzi hráčmi. Ak to nie je možné upravte organizáciu, formy a obsahu tréningovej činnosti: napr: nácvik herných činností jednotlivca, nácvik individuálnych zručností, kondičný tréning	Pri všetkých aktivitách dodržiavaním odstupov 2m medzi hráčmi. Ak to nie je možné upravte organizáciu, formy a obsahu tréningovej činnosti: napr: nácvik herných činností jednotlivca, nácvik individuálnych zručností, kondičný tréning	Pri všetkých aktivitách dodržiavaním odstupov 2m medzi hráčmi. Ak to nie je možné upravte organizáciu, formy a obsahu tréningovej činnosti: napr: nácvik herných činností jednotlivca, nácvik individuálnych zručností, kondičný tréning	Dodržiavajte sociálny dištanc aj pri pohybe v prírode
<b>sektory</b>	nie	nie	nie	ÁNO, pokiaľ to veľkosť športoviska umožňuje: Interiér max. 2 sektory, exteriér 4 sektory (10+1), min veľkosť 400m <sup>2</sup> / sektor	ÁNO, pokiaľ to veľkosť športoviska umožňuje v iba exteriéri max 2 sektory (10+1), min veľkosť 400m <sup>2</sup> / sektor	vždy keď je to možné vytvárať oddelené tréningové skupiny	Využívanie delenia tréningových skupín do sektorov v tejto fáze nie je možné
<b>zázemie</b>	Bez obmedzenia	šatne, sprchy a toalety je možné využívať	šatne, sprchy a toalety je možné využívať	nevyužívať sprchy a šatne, zabezpečiť nepremiešavanie skupín, nastaviť bez stretávacie výmeny tréningových skupín	nevyužívať sprchy a šatne, zabezpečiť nepremiešavanie skupín, nastaviť bez stretávacie výmeny tréningových skupín	nevyužívať sprchy a šatne, zabezpečiť nepremiešavanie skupín, nastaviť bez stretávacie výmeny tréningových skupín	Interiérové aj exteriérové športoviská sú zatvorené
<b>pomôcky</b>	Bez obmedzenia	Zdieľanie spoločného náradia a náčinia sa nedoporučuje	Zdieľanie spoločného náradia a náčinia sa nedoporučuje	Zdieľanie spoločného náradia a náčinia sa nedoporučuje	Zdieľanie spoločného náradia a náčinia sa nedoporučuje	Zdieľanie spoločného náradia a náčinia sa nedoporučuje	
<b>organizáci a súťaží</b>	povolené	povolené	povolené iba v rámci účastníkov z okresu rovnakej farby automatu	povolené iba profesionálne súťaže a extraligy (podľa výnimky)	povolené iba profesionálne súťaže a extraligy (podľa výnimky)	povolené iba profesionálne súťaže a extraligy (podľa výnimky)	povolené iba profesionálne súťaže a extraligy (podľa výnimky)
<b>diváci</b>	Povolené aj státie na 50% kapacity, max 1000 exteriér, max 500 interiér s výnimkam	Len sedenie na 50% kapacity, max 500 exteriér, max 250 interiér s	Len sedenie na 50% kapacity, max 500 exteriér, max 250 interiér s	Prítomnosť divákov nie je povolená	Prítomnosť divákov nie je povolená	Prítomnosť divákov nie je povolená	Prítomnosť divákov nie je povolená

## Vysvetlenie niektorých pojmov

**Interiérové športovisko:** stavebne oddelený priestor určený na vykonávanie športovej činnosti, vybavený športovým povrchom, náčiním, náradím. Napr: 3 tenisové kurty v jednej hale sa považujú za jeden priestor.

**Sektory:** vždy keď je to možné doporučujeme rozdeliť športovcov / skupinky športovcov na športovisku do sektorov. Napr. na futbalovom ihrisku vyčleniť oddelené zóny/sektory v ktorých bude prebiehať tréning určitej skupiny. Minimalizovať premiešavanie športovcov z jednotlivých sektorov.

*Podstata opatrenia je aby sa vždy keď je to možné rozdeľovali skupiny športovcov na rôzne stanovišťa, zóny, sektory. Ideálne aby sa navzájom tieto skupiny nepremiešavali.*

**Bez stretávacia výmena:** úprava začiatkov a koncov tréningov tak aby, sa po sebe naväzujúce skupiny nestretávali a mohli bezpečne opustiť športovisko a spoločné priestory. Medzi skupinami zabezpečiť vetranie ak ide o interiér a dezinfekciu

*Podstata opatrenia je aby sa minimalizovali riziko stretávania sa väčšieho počtu športovcov, sprievodných osôb na jednom mieste.*

**Úprava organizácie, formy a obsahu tréningovej činnosti:** výber a voľba takých aktivít, ktoré eliminujú potencionálne riziko blízkeho kontaktu napr.: voľba cvičení z nižšou intenzitou, tréning zameraný na individuálne zručnosti, nácvik herných činností jednotlivca, vypustenie kontaktných cvičení... eliminujeme rizikovosť pôvodného charakteru aktivity.

*Podstata opatrení je eliminovať rizikovosť pôvodného charakteru aktivity.*

verzia 01

## Športy so stredným rizikom

### špecifické usmernenia

	Monitoring	Stupeň ostražitosti I.	Stupeň ostražitosti II.	I. stupeň varovania	II. stupeň varovania	III. stupeň varovania	IV. stupeň varovania
florbal					bez osobnej obrany, minimalizovať kontakt	bez osobnej obrany, minimalizovať kontakt	
futbal				výber cvičení s obmedzním kontaktom, bez osobnej obrany	výber cvičení s obmedzním kontaktom, bez osobnej obrany	výber cvičení s obmedzním kontaktom, bez osobnej obrany	
hokejbal					bez osobnej obrany, minimalizovať kontakt	bez osobnej obrany, minimalizovať kontakt	
jachting							
korfbal							
krasokorčuľovanie				nie sú povolené párové jazdy a tréningy tanečných párov	nie sú povolené párové jazdy a tréningy tanečných párov	nie sú povolené párové jazdy a tréningy tanečných párov	
softbal							
športy s lietajúcim diskom							
volejbal					výber cvičení s obmedzním kontaktom smeč/blok	výber cvičení s obmedzním kontaktom smeč/blok	
plavecké športy - aquabely		usmernenie pre plávanie v samostatnej matici	usmernenie pre plávanie v samostatnej matici	usmernenie pre plávanie v samostatnej matici	usmernenie pre plávanie v samostatnej matici	usmernenie pre plávanie v samostatnej matici	
squash				povolený tréning vo dvojici	povolený tréning vo dvojici	Povolený iba individuálny tréning	
šerm							
tanečný šport				iba individuálne tance	iba individuálne tance	iba individuálne tance	