Følgende skal sendes til motstanderes kontaktpersoner/trenere på den epostadressen som står oppført under kampinformasjonen på <https://www.fotball.no/>

BYTT UT OG OPPDATER TEKST I RØDT

--- innhold i epost ---

Velkommen til kamp **UKEDAG DD.MM - KL TT:MM**

Marienlyst kunstgress ligger mellom Shellstasjonen og NRK-bygget, rett ved siden av Marienlyst skole.

Tørtenberg kunstgress ligger ved Chateuax Neuf på Majorstuen

På grunn av gjeldende Korona-regime kan vi IKKE benytte våre garderober i Klubbhuset, Gydas vei 14 0363 Oslo.

**For kamper i aldersgruppen 13-19 år: Som del av smittevernstiltakene skal det føres navnelister over alle spillere og støtteapparat, så det er fint om dette klargjøres i FIKS. Dette for å kunne sp**

**For kamper i aldersgruppen 8-12 år: Som del av regimet skal føres navnelister over alle spillere og støtteapparat, så det er fint om det sende en komplett deltagerliste senest 6 timer før kamp til kampvert, som svar på denne eposten, med kopi til** **post@frigg.no****.**

Oppvarmning for innbyttere kan foregå i de oppmerkede innbyttersonene eller bak eget mål. Evt. på et oppmerket område. Innbytterne må ikke kunne oppfattes som en del av et annet lag.

• Før/etter kamp/trening: Ankom og forlat banen UTEN å komme i kontakt med lag som trener/spiller kamp på andre deler av anlegget.

Dersom det skal avvikles flere kamper etter hverandre på samme bane skal nye lag eller personer tilhørende disse ikke komme inn på banen, før tidligere lag har forlatt banen.

Bortelagets oppgaver finnes her: <https://www.fotball.no/tema/nff-nyheter/viktig-informasjon-vedrorende-koronavirus/fotballens-koronahandbok/#179288>

Vi ber om at følgende informasjon videresendes alle bortelagets deltagende (spillere, støtteapparat og eventuelle tilskuere) i god tid før kampen:

* Ikke se på kamp om det ikke er nødvendig for spilleres tilstedeværelse. Maks 1 voksen pr spiller.
* Hold avstand til alle andre.
* Ved kamper på små baner (3, 5, 7, 9-er): Publikum skal holde seg ved sin bane/sone.
* Publikum er i egen sone. ([Se bilde](https://www.fotball.no/imagevault/publishedmedia/ni3pjk5hjr24957zmh7w/regler-for-baneinndeling2.jpg)).
* Publikum skal **ikke** være inne på kunstgresset, må være på asfalt utenfor kunstgress i egen sone
* Publikum skal holde 1 meters avstand og oppgi navn og kontaktinfo til kampvert.
* Ikke være inne på kunstgresset, må være på asfalt utenfor kunstgress i egen sone.
* Før/etter kamp/trening: Ankom og forlat banen UTEN å komme i kontakt med lag som trener/spiller kamp på andre deler av anlegget.
* Lag som trener: Det er IKKE tillatt å forlate sitt område for å se på kamper på andre baner.

Vennlig hilsen (på vegne av Frigg Oslo FK)

**Ditt navn**