

## Sporditreeningute korraldamine 26. aprillist 2021

Tulenevalt Vabariigi Valitsuse 19. augusti 2020 korraldusest nr 282 (muudetud 22. aprilli 2021 korraldusega nr 146) „COVID-19 haiguse leviku tõkestamiseks vajalikud liikumisvabaduse ning avalike koosolekute pidamise ja avalike ürituste korraldamise piirangud“ on **sporditreeningud väli- ja sisetringimustes reguleeritud järgmiselt:**

### Alates 26. aprillist 2021:

- 1) **välitingimustes** on lubatud treenimine kuni **10** isikulistes rühmades, sealhulgas juhendaja. Tagatud peab olema, et kokku ei puututa teiste rühmadega.

### Alates 3. maist 2021:

- 2) **sisetringimustes** on lubatud **individuaaltegevus ja individuaaltreening**, sealhulgas koos juhendajaga ning kui hoitakse teiste isikutega vähemalt kahemeetrist vahemaad. Tungivalt on soovitatav tegevuse käigus paarilisi mitte vahetada. **Rühmaviisiline tegevus või treening ei ole lubatud. Paarismängud on lubatud ainult nendel spordialadel, mis lähevad individuaalspordiala mõiste alla. Nendeks on tennis, lauatenis, padel, sulgpall, rannavõrkpall ja rannatennis.** Individuaaltegevuse või individuaaltreeningu piirang ei kehti koos liikuvate või viibivate perekondade kohta või juhul, kui nimetatud tingimusi ei ole mõistlikult võimalik tagada;
- 3) **sisetringimustes** peab olema tagatud, et ruumi täituvus ei oleks rohkem kui **25%** tavapärasest täituvusest. Ruumi täituvust arvestatakse spordiobjekti riietusruumide mahutavuse järgi, milleks on kappide või nagide arv. Kappide või nagide arv on fikseeritud [Eesti spordiregistris](#). Juhul kui ühes hoones asub mitu sportimispaika (nt pallimängusaal ja jõusaal), aga kasutatakse sama riietusruumi, tuleb tagada 25% täituvus erinevate sportimispaikade lõikes;
- 4) **siseruumides kantakse maski, v.a sporditegevuse ajal.** 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) teenuse osutaja **tagab desinfitseerimisvahendite olemasolu** ja desinfitseerimisnõuete täitmise Terviseameti juhiste kohaselt.
- 6) **Välitingimustes** treenimine jätkub vastavalt **26. aprillist** kehtima hakanud reeglitele.

**Alapunktis 1 ja 2 nimetatud piirang ei kehti** koos liikuvate või viibivate perekondade kohta või juhul, kui nimetatud tingimusi ei ole mõistlikult võimalik tagada. Piirangut ei kohaldata õppekavavälisele tegevusele üldhariduskoolide nende õpilaste puhul, kellel on käesoleva korraldusega lubatud viibida õppehoones ja kes õpivad samas rühmas või klassis. Samuti ei kohaldata piirangut koolieelses lasteasutuses, kui tegevust või treeningut viiakse läbi sama lasteaia rühma lastega, kes iga päev kokku puutuvad. **Samuti ei kohaldata piirangut spordialaliidu võistlussüsteemis toimuvale professionaalsele sporditegevusele**, sealhulgas Eesti täiskasvanute ja noorte koondiste liikmetele ja kandidaatidele ning võistkondlike spordimängude esi- ja meistriliigade mängijatele, riigi sõjalise kaitsega ja siseturvalisusega seotud tegevustele ning puudega isikute tegevustele, sealhulgas sotsiaalse ja tööalase rehabilitatsiooni teenuse osutamisele ja Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskusele.

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

Korralduse nr 146 terviktekst ja seletuskiri on kättesaadav [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.
- Tegevuste välisel ajal tuleb üldkasutatavates ruumides järgida 2+2 reeglit.
- Kõik treeningpaigas viibivad treeningtegevusega otseselt sidumata isikud (sh lapsevanemad) peavad siseruumides kandma maski.
- Siseruumides on lubatud üksnes individuaalne treeningtegevus, mis tähendab, et treening saab toimuda maksimaalselt kahe isiku vahel:
  - a) sportlane ja treener;
  - b) sportlane ja sportlane.
- Avalikuks kasutamiseks mõeldud saunasid kasutada ei tohi, st et spordiobjektile ei ole lubatud saunade kasutamine.
- Individuaalseks ujumiseks kui sportlikuks tegevuseks on lubatud kasutada neid siseujumisbasseine spordiobjektides, mis on registreeritud Eesti spordiregistris ja mille siseujumisbasseinil on määratud võistlusradade arv. Lubatud on ka lastebasseinide kasutamine nimetatud spordiobjektides individuaalseks tegevuseks, nt laps koos vanemaga või treeneriga.
- Väritingimustes võib korraga treenida ühel treeningväljakul ka mitu rühma. Nt: jalgpalliväljaku ühes osas treenib üks treeningrühm ning teises osas teine treeningrühm. Mõlemal rühmal võivad samal ajal treenida tingimusel, et nende vahel on viiruse leviku ennetamiseks vajalik vahemaa ja puudub omavaheline kokkupuude.
- Kehtestatud piirangud ei kehti spordialaliidu võistlussüsteemis toimuvale professionaalsele sporditegevusele, sealhulgas täiskasvanute ja noorte koondiste liikmetele ja kandidaatidele ning võistkondlike alade meistriliigade ja esiliigade mängijatele. Rahvaliiga ning harrastusspordiga tegelevad inimesed ei tohi siseruumides grupis treenida kuni piirangute kehtivuse lõppemiseni.
- Professionaalne sportlane on isik, kes tegeleb spordiga kõige kõrgemal sportlikul tasemel, saab spordiga tegelemise eest tasu või toetust ja elatub peamiselt sellest. Sellisteks sportlasteks loetakse meistriliigade ja esiliigade võistkondadesse kuuluvad isikud ning Eesti Olümpiakomitee olümpiaettevalmistustoetust saavad isikud. Professionaalse sportlase mõiste laieneb ka välisriigi sportlastele. Seeniorsportlasi/veterane ei loeta professionaalseteks sportlasteks olenemata sellest, kas nad on Eesti seeniorspordi/veteranspordi koondiste liikmed või kandidaadid.
- Eesti täiskasvanute ja noorte koondise liikmed ja kandidaadid määratleb spordialaliit. Koondise liikmete ja kandidaatide määramisel tuleb arvestada sportlikku taset ning kandidaatide arv peab olema proportsionaalne võrreldes koondise liikmete arvuga eelnevatel hooaegadel.
- 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 isiklike 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 isetekelitesse 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 korraldaja vastutab, et riskirühmadesse kuuluvate isikute (eelkõige vanemaealiste, krooniliste haiguste ja immuunpuudulikkusega inimeste) kokkupuude teiste isikutega oleks minimaalne.

**Nõuete täitmise eest vastutab treeningu korraldaja ja/või spordiobjekti omanik.** Viiruse leviku tõkestamise meetme nõuetekohaselt täitmata jätmisel rakendatakse korraldajate seaduse § 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. Korduvrikkumise korral võib Terviseameti korraldusega objekti piirangute mittejärgimisel ajutiselt sulgeda.

## 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 liikumisteede nähtavasse kohta. Kätepesu juhendi leiab [siit](#).
- Piisknakkuse leviku tõkestamiseks tuleb aevastades või köhides oma suu ja nina küünarvarre või salvrätikuga katta. Salvrätik ja teised isikukaitsevahendid visatakse seejärel kohe selleks ettenähtud tähistatud prügikasti ja pestakse käed.
- **Kahe treeningu vahel on soovituslik ruume õhutada.**

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