

	Monitoring	Stupeň ostražitosti I.	Stupeň ostražitosti II.	I. stupeň varovania	II. stupeň varovania	III. stupeň varovania	IV. stupeň varovania
interiér	zvýšené hygienické opatrenia	15m ² / 1 osoba / športovisku, podmienka dobrého vetrania alebo kvalitnej vzduchotechniky	25m ² / 1 osoba / športovisku, podmienka dobrého vetrania alebo kvalitnej vzduchotechniky	35m ² / 1 osoba / športovisku, za podmienky dobrého vetrania, alebo kvalitnej vzduchotechniky. Pokiaľ je to možné využite exteriér	35m ² / 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 ² /osobu), za podmienky dobrého vetrania, alebo kvalitnej vzduchotechniky. Pokiaľ je to možné využite exteriér	Využívanie interiérových športovísk nie je povolené
exteriér	zvýšené hygienické opatrenia	15m ² / 1 osoba / športovisku	25m ² / 1 osoba / športovisku	35m ² / 1 osoba / športovisku	35m ² / 1 osoba / športovisku	Max. 5+1 osôb, na jednom športovisku	Povolený je iba rekreačný individuálny šport a aktivity v prírode, max 6 osôb
test	podľa aktuálnej situácie (aktualizované priebežne)	podľa aktuálnej situácie (aktualizované priebežne)	podľa aktuálnej situácie (aktualizované priebežne)	s platným testom Atg/PCR - platnosť podľa reg.covidautomatu, platí pre športovcov, trénerov a realizačný tím	s platným testom Atg/PCR - platnosť podľa reg.covidautomatu, platí pre športovcov, trénerov a realizačný tím	s platným testom Atg/PCR - platnosť podľa reg.covidautomatu, platí pre športovcov, trénerov a realizačný tím	Rekreačný šport v prírode je možné vykonávať v rámci okresu bez testu
rúško	pri výkone športovej aktivity NIE *(okrem športov), mimo športoviska (tj. spoločné priestory, mimo hracej plochy) ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE *(okrem športov), mimo športoviska (tj. spoločné priestory, mimo hracej plochy) ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE *(okrem športov), mimo športoviska (tj. spoločné priestory, mimo hracej plochy) ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE *(okrem športov), mimo športoviska (tj. spoločné priestory, mimo hracej plochy) ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE *(okrem športov), mimo športoviska (tj. spoločné priestory, mimo hracej plochy) ÁNO	pri výkone športovej aktivity NIE *(okrem športov), mimo športoviska (tj. spoločné priestory, mimo hracej plochy) 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.
miera kontaktu				dodržiavanie max. možných odstupov, min však 2m, pri všetkých aktivitách	dodržiavanie max. možných odstupov, min však 2m, pri všetkých aktivitách	dodržiavanie max. možných odstupov, min však 2m, pri všetkých aktivitách	Dodržiavajte sociálny dištanc aj pri pohybe v prírode
sektory	nie	nie	nie	vždy keď je to možné vytvárať oddelené tréningové skupiny	vždy keď je to možné vytvárať oddelené tréningové skupiny	vždy keď je to možné vytvárať oddelené tréningové skupiny	Využívanie delenia tréningových skupín do sektorov v tejto fáze nie je možné

zázemie	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
pomôcky	Bez obmedzenia	minimalizovať množstvo a zdieľanie športového náčinia a náradia	minimalizovať množstvo a zdieľanie športového náčinia a náradia	minimalizovať množstvo a zdieľanie športového náčinia a náradia	minimalizovať množstvo a zdieľanie športového náčinia a náradia	minimalizovať množstvo a zdieľanie športového náčinia a náradia	
organizáci a súťaží	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)
diváci	s divákmi, aj státie na 50% kapacity, max 1000 exteriér, max 500 interiér s výnimkam	s divákmi, len sedenie na 50% kapacity, max 500 exteriér, max 250 interiér s	s divákmi, 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.

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

špecifické usmernenia

	Monitoring	Stupeň ostražitosti I.	Stupeň ostražitosti II.	I. stupeň varovania	II. stupeň varovania	III. stupeň varovania	IV. stupeň varovania
atletika				využívať každú druhú dráhu, pri skupinových behoch, chôdzi dodržiavať min. 10m odstupy medzi atlétmi	využívať každú druhú dráhu, pri skupinových behoch, chôdzi dodržiavať min. 10m odstupy medzi atlétmi	využívať každú druhú dráhu, pri skupinových behoch, chôdzi dodržiavať min. 10m odstupy medzi atlétmi	
automob. šport							
bedminton				povolená je iba 2 hra, v prípade viac kurtovej haly obsadzovať každý druhý kurt	povolená je iba 2 hra, v prípade viac kurtovej haly obsadzovať každý druhý kurt	povolená je iba 2 hra, v prípade viac kurtovej haly obsadzovať každý druhý kurt	
biatlon				dodržiavať min. 10m odstupy medzi športovcami	dodržiavať min. 10m odstupy medzi športovcami	dodržiavať min. 10m odstupy medzi športovcami	
biliard				nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	
boby a skeleton							
boccia							
bowling				používať každú druhú dráhu, zvýšená hygiena a dezinfekcia gúľ. nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	používať každú druhú dráhu, zvýšená hygiena a dezinfekcia gúľ. nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	používať každú druhú dráhu, zvýšená hygiena a dezinfekcia gúľ. nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	
bridž				nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	
cyklistika				nie povolená jazda v peletóne, min odstupy 10m medzi cyklistami	nie povolená jazda v peletóne, min odstupy 10m medzi cyklistami	nie povolená jazda v peletóne, min odstupy 10m medzi cyklistami	
dráhový golf							
golf							
gymnastika				minimalizovať počet cvičiacich na náradí	minimalizovať počet cvičiacich na náradí	minimalizovať počet cvičiacich na náradí	
horolezectvo							
jazdectvo							
kanoistika				iba K1, nie posádky	iba K1, nie posádky	iba K1, nie posádky	

kolieskové korčufovanie							
Kolky				používať každú druhú dráhu, zvýšená hygiena a dezinfekcia gúľ. nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	používať každú druhú dráhu, zvýšená hygiena a dezinfekcia gúľ. nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	používať každú druhú dráhu, zvýšená hygiena a dezinfekcia gúľ. nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	
kulturistika a fitness							
letecké športy							
lukostreľba				nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	
lyžovanie							
moderný päťboj							
motocykl. šport							
orientačné športy							
petang				nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	
potápačské športy							
psie záprahy							
Nohejbal							
rybolovná technika							
sánkovanie							
silové športy							
skialpinizmus							
stolný tenis				povolená je iba 2 hra, obsadzovať každý druhý stôl	povolená je iba 2 hra, obsadzovať každý druhý stôl	povolená je iba 2 hra, obsadzovať každý druhý stôl	
strelba							
šach							
šípky				nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	nutnosť nosiť rúško aj pri výkone športovej činnosti	
športové lezenie							
športové rybárstvo							
tenis							
triatlon		riadi sa usmerneniami pre plávanie, atletiku a cyklistiku	riadi sa usmerneniami pre plávanie, atletiku a cyklistiku	riadi sa usmerneniami pre plávanie, atletiku a cyklistiku	riadi sa usmerneniami pre plávanie, atletiku a cyklistiku	riadi sa usmerneniami pre plávanie, atletiku a cyklistiku	

veslovanie				iba skif, nie párové posádky	iba skif, nie párové posádky	iba skif, nie párové posádky	
vodné lyžovanie							
vodný motorizmus							
vzpieranie							
wushu							