



2 단계 재개 지침

분야: 레저 스포츠

레저 스포츠 및 특정 스포츠 활동에 대한 제한적인 재개 관련 세부 지침

2 단계 재개 지침 - 레저 스포츠 및 특정 스포츠 활동에 대한 제한적인 재개 관련 세부 지침

본 지침은 2 단계 승인을 받은 카운티에 적용됩니다. 본 지침은 레저 스포츠 연습, 훈련 및 특정 스포츠 활동에 적용됩니다.

완전히 접촉하는 스포츠는 참가자들 간에 통상적이고 지속적으로 아주 근접하거나 신체적 접촉이 요구되거나 그럴 가능성이 매우 높은 스포츠입니다. 현재 완전히 접촉하는 스포츠는 금지된 상태입니다.

일반적으로 **완전 접촉** 스포츠로는 미식축구, 럭비, 레슬링, 치어리딩, 농구, 하키 등이 있습니다.

일반적으로 **최소 및 중간 접촉** 스포츠로는 야구, 축구, 배구, 라크로스, 소프트볼 등이 있습니다.

일반적인 **비접촉** 스포츠로는 테니스, 수영, 골프, 크로스 컨트리, 육상경기 등이 있습니다.

개요:

COVID-19 바이러스의 전염 위험성은 다음과 같은 많은 요인에 의해 좌우됩니다.

- 1) 한 장소에 있는 인원수
- 2) 장소 유형(실내/실외)
- 3) 사람들 사이의 거리
- 4) 장소에 머무른 시간
- 5) 사용한 보호 장비의 수준(예: 얼굴 가리개)

일반 지침에 따르면, 소규모 집단이 대규모 집단보다, 실외 장소가 실내 장소보다, 6 피트 거리를 확보할 수 있는 스포츠가 밀접한 접촉을 하는 스포츠보다, 짧은 시간 간격이 긴 시간 간격보다 더 안전합니다. 레저 스포츠 감독과 코치는 경기를 재개할 계획을 세울 때 이러한 모든 요소를 고려해야 합니다.

일반 수칙:

리그 관계자, 코치, 선수 및 트레이너들은 다음 사항을 준수해야 합니다.

- [오리건 주 고용주를 위한 COVID-19 관련 일반 지침](#)과 일반 대중 관련 [OHA 재개 지침](#)을 자세히 읽어 보고 따라야 합니다.
- [COVID-19 증상](#)이 있는 직원 및 선수는 경기장 부지 또는 경기 장소에 입장하는 것을 금지합니다.
- 선수를 포함하여 중증 질환의 위험이 있거나 중증 기저 질환을 가진 사람은 모두 어떤 스포츠 활동에도 참가하지 않도록 합니다.
 - 선수, 자원봉사자 또는 관중이 COVID-19 증상을 보이는 경우, 직원은 그 사람을 장내에서 나가게 하고, 얼굴 가리개, 안면 보호대 또는 마스크를 제공하며, 해당 시설에서 나가기 전까지 다른 사람과의 접촉을 최소한으로 줄일 수 있게 도와야 합니다. 그리고 아픈 사람이 사용한 모든 곳을 즉시 소독하십시오.
- 식수대는 물병과 닿지 않으면서 물을 채울 수 있도록 설계된 것 외에는 폐쇄하십시오. 선수들에게 미리 채운 물병을 가져오도록 장려하십시오.
- [주 전역 마스크, 안면 보호대, 얼굴 가리개 지침](#)에 따라 6 피트의 물리적 거리를 유지할 수 없을 때 내부 스포츠 또는 외부 스포츠에 적극적으로 참여하는 경우에는 마스크, 안면 보호대 또는 얼굴 가리개를 착용하십시오. 수영 등과 같이 착용이 불가능한 경우에는 내부 또는 외부 스포츠에 참여할 때 마스크, 안면 보호대 또는 얼굴 가리개를 반드시 착용하지 않아도 됩니다. 얼굴 가리개는 본인이 감염되었을 경우에 다른 사람을 보호하려는 의도로 착용합니다. 아픈 증상이 나타나지 않는 경우에도 사람들은 타인에게 COVID-19 를 전염시킬 수 있습니다.
- 마스크, 안면 보호대 또는 얼굴 가리개 요건과 관련하여 [명확한 안내문](#)을 게시하십시오.
- 환기 시스템이 제대로 작동하는지 시설을 확인하십시오. 창문과 문을 열고, 환풍기 및 기타 수단을 이용하여 공기가 가능한 한 많이 순환되게 하십시오. 직원이나 관중 또는 고객에게 안전상의 위협이 될 수 있는 경우에는 창문 및 문을 열지 마십시오.
- 시즌을 재개하거나 시작하기 전에 선수/관계자, 부모, 후견인, 보호자에게 모든 정책 및 시설 관련 정보를 전달하십시오.

청소와 소독:

리그 관계자, 코치 및 트레이너들은 다음 사항을 준수해야 합니다.

- 같이 사용하는 기구를 자주 닦고 소독하십시오. 예를 들어, 배트 및 라켓과 같은 기구가 여기에 해당되지만 이뿐만 아니라 다른 많은 기구도 해당됩니다. 소독제는 [환경보호국\(EPA\) 승인 목록](#)에 포함되어 있는 COVID-19 유발성 SARS-CoV-2 바이러스용 소독제를 사용하십시오.
- 직원과 선수들에게 손을 자주 씻고 재채기나 기침은 가려서 하는 등 건강한 위생 습관을 실천하게 하십시오. 특히 같이 사용하는 물건을 만진 후 또는 코를 풀거나, 기침 또는

재채기를 한 후에 최소 20 초 동안 비누와 물로 손을 자주 씻으십시오. 눈, 코, 입을 만지지 마십시오.

- 비누와 물을 사용하기 어렵다면, 알코올 성분을 60~95% 함유한 손 소독제를 사용하십시오. 손의 모든 표면에 소독제를 바르고 마를 때까지 양 손을 문지르십시오.
- 선수들에게 개인용 손 소독제를 가져오도록 장려하십시오. 리그 관계자는 손을 씻을 수 있는 구역 및/또는 손 소독제를 제공하십시오.
- 사람들의 왕래가 많은 공간 그리고 직원, 선수 및 관중이 많이 이용하는 구역의 손길이 많이 닿는 표면을 자주 청소하고 소독하십시오.
- 모든 리그 활동을 시작하기 전과 마친 후 반드시 화장실을 청소하고 소독하십시오.

리그 관계자, 코치 및 트레이너는 가능한 최대로 다음 사항을 준수해야 합니다.

- 입구, 출구, 화장실 및 사람들이 모이는 기타 모든 장소 등에 담당 모니터 요원을 배정하여 선수/관계자가 6 피트의 물리적인 거리를 확보할 수 있게 하십시오.
- “한 명이 들어가면 한 명은 나오는” 정책을 적용하여, 화장실 내에 동시에 한 명만 있게 하십시오.

거리 및 수용 인원:

리그 관계자, 코치 및 트레이너들은 다음 사항을 준수해야 합니다.

- [OHA 모임 지침](#)을 반드시 준수하십시오.
- 사람마다 최소 6 피트의 물리적인 거리를 유지하십시오. 물리적인 거리 두기와 더불어 마스크, 안면 보호대, 또는 얼굴 가리개 또한 사용해야 합니다.
- 모든 직원, 자원 봉사자, 계약자 및 관중이 6 피트의 물리적 거리를 유지할 수 있도록 장내로 들어오는 관중 수를 제한하는 계획을 마련하고 이행하십시오.
- 입구, 출구, 화장실 및 사람들이 모이는 기타 모든 장소 등에 지정 감시 요원을 배치하여 관중이 6 피트의 물리적인 거리를 유지할 수 있도록 하십시오.
 - 물리적 거리를 유지하는 것은 [기저 질환](#)이 있는 사람들에게 특히 중요합니다. 이러한 사람들은 COVID-19 로 인한 중증 질환의 위험이 더 높습니다.
- 모든 선수, 코치, 심판, 자원 봉사자 및 독립 계약자를 포함한 스포츠 시설에 있는 모든 사람들이 특히 이용이 잦은 공간에서는 함께 거주하지 않은 다른 사람과 6 피트 이상의 물리적인 거리를 유지할 수 있도록 장려하십시오.
- 여러 스포츠 행사가 동일한 스포츠 경기장이나 행사장에서 동시에 진행되는 경우, 리그 관계자, 코치 및 트레이너들은 다음 사항을 준수해야 합니다.
 - 스포츠 행사의 선수와 관중이 화장실, 복도, 구내 매점을 포함하나 이에 국한되지 않는 공간을 함께 사용하지 않도록 합니다.
 - 다음 경기나 행사 전에 손잡이처럼 여러 사람이 접촉하는 표면을 청소하고 소독합니다.

- 다음 경기나 행사 전에 입구, 출구, 체크인 테이블, 화장실 및 구내 매점처럼 왕래가 많은 공간을 청소하고 소독합니다.
 - 동일한 스포츠 행사의 선수 팀과 관중이 화장실을 함께 사용하는 경우, 가능하면 입구/출구의 문을 열어 두고, 화장실 문 손잡이와 수도꼭지처럼 손길이 많이 닿는 표면을 자주 청소하고 소독하십시오.
- 필수는 아니지만 스포츠 경기장 운영자는 다음 사항을 준수해야 합니다.
 - 직원, 선수 및 관중이 들어오는 시간과 나가는 시간에 시간차를 두어 입구, 출구 및 화장실을 이용할 때 사람이 물리는 일을 최소한으로 줄여서 물리적 거리두기 필수 요건을 따르도록 하십시오.
 - 직원, 선수 및 관중에게 별도의 입구/출구를 제공하십시오.
- 매니저, 코치를 지정된 공간에 배정하여, 연습/경기 중이 아닐 때에는 물리적인 거리를 반드시 유지할 수 있게 하십시오.

훈련 및 경기:

리그 관계자, 코치 및 트레이너는 가능한 최대로 다음 사항을 준수해야 합니다.

- 참가자/선수 간에 경기에 필요한 최소 또는 중간 접촉만 발생하도록 조치를 취하십시오. 여기에는 악수, 하이파이브, 주먹/팔꿈치 부딪히기, 가슴 부딪히기 및 집단 세리머니 등을 금지하는 것도 해당됩니다.
- 선수들의 운동 기구 사이에 간격을 뒤서 서로 직접적인 접촉을 하게 되는 일을 예방하십시오.
- 가능하다면 선수들에게 본인의 개인 기구를 사용하도록 장려하십시오. 가능하다면 같은 기구 사용을 자제 또는 최소화하십시오.
 - 주요 기구 중에 선수들이 따로 사용할 수 없는 것도 일부 있습니다. 주요 기구 또는 개수가 한정된 기구를 반드시 같이 사용해야 할 때, 같이 사용하는 각 기구의 모든 표면을 해당 스포츠에 따라 적절하게(예: 각 선수 사용 전후, 각 세트 전후, 전반전 후반전 전후, 각 경기 전후)로 자주 닦고 소독해야 합니다. 소독제는 [환경보호국\(EPA\) 승인 목록](#)에 포함되어 있는 COVID-19 유발성 SARS-CoV-2 바이러스용 소독제를 사용하십시오. COVID-19에 효과가 있다고 라벨이 붙은 제품은 아직 없지만, 인간 코로나바이러스에 대한 효능이 라벨에 표기되어 있거나 업체 웹사이트에서 해당 효능 정보를 찾아볼 수 있는 제품은 많이 있을 것입니다.
 - 머리, 얼굴 및 손에 직접적으로 닿는 기구는 모두 각별히 주의를 기울여서 세심하게 위생 조치를 해야 합니다.
- 가능하다면 선수 또는 본인의 가족 구성원에게 매번 사용한 전후로 기구를 닦고 소독하도록 장려하십시오.
- 물리적인 거리를 확보하고 사람들이 물리는 일을 막기 위해 트레이너, 코치 및 선수들만 연습에 참여하게 하십시오.

- 안전하고, 그 어떤 지역 조례도 위반하지 않는 경우에만, 실외에서 훈련 또는 경기하실 수 있습니다. 이전에 연습한 모든 사람들이 다음 집단이 들어오기 전에 부지를 떠날 수 있도록 각 연습 사이에 충분한 시간을 미리 계획하십시오. 이렇게 하면 시설/기구 소독을 위한 충분한 시간을 벌 수 있는 동시에 입구, 출구 및 화장실에 사람이 모이는 것을 최소화할 수 있습니다.
- 사람들이 지정된 입구를 통해 부지로 들어오고 지정된 출구를 통해 나가게 하십시오. 화재 비상구를 폐쇄해서는 안 됩니다. 한 방향으로 이동할 수 있도록 표시를 사용하여 방향을 가리켜 주십시오. 대규모의 인원이 동시에 도착하고 나가게 되는 일을 최소한으로 줄일 수 있도록 부지에 도착하는 시간을 미리 계획하고 시간차를 두는 방법을 고려해 보십시오.
- 미리 계획한 연습 또는 경기 시간이 될 때까지 부지 밖(예: 차량 안)에서 대기하십시오. 이렇게 함으로써 부지에 들어가기 전에 사람들이 나가게 하여 사람들이 물리는 일을 최소한으로 줄일 수 있습니다. 선수들과 선수들의 가족들도 이와 같은 사항을 실천하도록 장려하십시오.
- 수영장에 대한 더 자세한 지침은 [허가받은 수영장, 허가받은 스파 수영장 및 스포츠 경기장 관련 세부 지침](#)을 참조하십시오.

추가 자료:

- [지침 안내용으로 활용하실 수 있는 안내판](#)
- [주 전역 마스크, 안면 보호대, 얼굴 가리개 지침](#)
- [CDC의 공원 및 레크리에이션 시설 관리자를 위한 지침](#)

문서 접근성: 장애가 있으시거나 영어 외의 다른 언어를 사용하시는 분을 위해, OHA에서는 번역, 큰 글자 또는 점자와 같이 다른 형태로 된 정보를 제공해드릴 수 있습니다. 문의 사항은 1-844-882-7889, 711 TTY 또는 OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us로 Mavel Morales 에게 연락 주시기 바랍니다.