



指南常见问题解答

室内娱乐及健身场所

(2020 年 12 月 15 日更新)

以下是关于俄勒冈州卫生局 (OHA) [室内娱乐与室内健身场所行业指南](#) (室内娱乐及健身指南) 的常见问题解答 (FAQ)。该指南和这些常见问题解答适用于全州。OHA 提供这些常见问题解答, 以帮助公众理解该指南, 回答利益相关者的问题, 并阐明该指南在特定情况下的适用方式。这些常见问题解答可能会陆陆续续地更新。常见问题解答无意取代指南, 而是解释、补充和帮助填充指南的细节。

问 1: 什么是“接触性运动”?

答 1: 接触性运动是一项涉及参加者彼此身体接触的运动。[室内娱乐及健身指南](#) 中描述了全接触性和极小程度/中等接触性运动。全接触性运动竞技目前是禁止的。但是, 全接触性运动允许训练和适应, 前提是这些运动不包括任何形式的完全接触。训练和适应包括举重、跑步训练和队内对抗赛。有关户外运动的指南, 请参阅[室外娱乐及健身指南](#)。

问 2: 如果一个室内体育中心有四个体育馆, 每个体育馆是否可以同时进行训练或比赛?

答 2: 是。当同一室内娱乐场所或健身场所同时发生多个室内娱乐或健身活动时, 室内娱乐和健身场所经营者必须:

- 遵守针对室内体育中心所在县的指定风险等级的最大容量限制。例如, 在高风险县, 每个活动最多可以有 25% 的容纳率或总共 50 人 (包括工作人员), 以较小人数为准。
- 确保室内娱乐或健身活动的工作人员、参与者和观众不要共享空间, 包括但不限于洗手间、走廊和特许摊位。
- 在后续室内娱乐或健身活动之间, 清洁并消毒经常触摸的表面, 例如门把手。
- 确保在后续室内娱乐或健身活动之间清洁和消毒高人流量区域, 例如入口、出口、值机台、洗手间和特许区。

- 如果相同的室内娱乐或健身活动的工作人员、参与者和观众共用洗手间，尽可能打开入口/出口门，并确保定期清洁和消毒经常触摸的表面，例如隔断门把手和水龙头。

问 3: 即使学校关闭也可以使用学校场地和设施吗?

答 3: 当地学校和学区决定公众如何以及何时可以使用学校设施。请联系学区以获取有关学校设施是否可用的信息。

问 5: 允许举行室内运动锦标赛吗?

答 5: 是。室内运动锦标赛的经营者必须遵守[室内娱乐及健身指南](#)，包括比赛所在县的指定的最大容量限制。

问 6: 某些运动在比赛中需要多次短暂接触，并且在这些接触中不可能保持六(6)英尺的距离。这些被允许吗?

答 6: 是。根据[室内娱乐及健身指南](#)，允许进行极小程度和中等接触性运动。体育联盟、教练、运动员和训练师在练习或进行户外运动时，必须遵守[关于口罩、面罩和面部防护罩的全州指南](#)。运动联盟、教练、官员和训练师应采取措施，确保仅在比赛所需的参加者/运动员之间有接触。

问 9: 中学室内体育锻炼应采用什么指南?

答 9: 中学体育必须遵循[室内娱乐及健身指南](#)，包括针对活动所在县的指定风险等级的最大容量限制。

问 10: 是否允许进行 5K 和 10K 活动之类的室内兴趣跑步?

答 10: 是的，这些类型的活动是允许的。活动组织者必须遵守[室内娱乐及健身指南](#)，包括针对活动所在县的指定风险等级的最大容量限制。

问 12: 俱乐部运动和青少年运动队遵循什么指南?

答 12: 青少年运动和俱乐部运动队必须遵守针对室外运动的[室外娱乐及健身指南](#)，以及针对室内运动的[室内娱乐及健身指南](#)，包括针对活动所在县的指定风险等级的最大容量限制。

问 14: 即使游泳池所在县的游泳池已经关闭，我的游泳俱乐部还能继续使用室内游泳池进行训练吗?

答 14: 否。

问 15: 室外游泳池在游泳池上方搭建临时墙和屋顶之后，是否仍然能被视为是室外游泳池?

答 15: 游泳池经营者可以在室外游泳池上方设置临时墙壁和屋顶，但为了仍然被视为室外游泳池，墙壁和屋顶结构必须符合“室外”的定义。“室外”是指可能具有

临时或固定遮盖物的露天空间（例如遮阳篷或屋顶），前提是空间四周至少有 75% 的面积开放，可供气流流动。如果该空间不符合室外的定义，则游泳池将被视为室内，因此必须遵守室内营业的要求和指南。

问 16：是否允许经营训狗班？

答 16：是。允许使用[室内娱乐及健身指南](#)或[室外娱乐及健身场所指南](#)（视情况而定）来经营训狗班。训狗班经营者必须按照其经营所在县的指定风险等级来经营。

问 17：是否允许室外游泳池经营者开放室内更衣室供游泳者使用？

答 17：是。室内更衣室可按照[室外娱乐及健身指南使用](#)，其中该指南包括对更衣室经营的具体指南。在极高风险的县，所有桑拿、蒸汽室、热水浴缸、理疗池和任何其他有执照的泳池都不允许在更衣室内营业。

问 18：私人教练是否被视为个人服务提供者？

答 18：否。私人教练不受个人服务指南的约束。私人教练必须遵守[室内娱乐及健身指南](#)或[室外娱乐及健身指南](#)，这取决于他们在哪里提供训练。允许在私人住所进行私人训练，但应遵守[聚会行业指南](#)和[行业风险等级指南图表](#)中规定的在家聚会限制。

问 19：我是否可以在我家中进行私人训练？

答 19：可以，只要你遵守[聚会行业指南](#)和[行业风险等级指南图表](#)中规定的在家聚会限制。

问 20：在禁止室内健身的县，如果不被允许室内经营的健身房想在室外经营，那么它们是否可以在室外搭帐篷，在帐篷内进行健身活动？如果是这样，健身房应该如何设置？

答 20：健身房和健身中心的经营者可以在有临时墙壁和屋顶的室外空间内经营，前提是墙壁和屋顶结构符合“室外”的定义。“室外”是指可能具有临时或固定遮盖物的露天空间（例如遮阳篷或屋顶），前提是空间四周至少有 75% 的面积开放，可供气流流动。如果该空间不符合室外的定义，则健身房将被视为室内，因此必须遵守室内营业的要求和指南。

问 21：滑雪场的经营遵循什么指南？

答 21：由于滑雪场会进行各种各样的活动，因此滑雪场必须根据活动，遵循多个行业指南。滑雪场经营者必须遵守[雇主和组织通用指南](#)，其中包括关于口罩、面部防护罩和面罩的要求。位于滑雪胜地的餐饮场所必须遵守[餐饮场所指南](#)。滑雪用品租赁商店和礼品店必须遵守[零售指南](#)。滑雪场被认为是公共户外区域，并且没有最大容量限制。滑雪场必须遵守任何其他适用的行业指南（例如，室内娱乐活动必须遵循[室内娱乐场所指南](#)）。

问 22: 如果 24 小时开放的健身房没有配备 24/7 全天候服务人员, 这是否意味着我们只能在工作人员上班时允许会员使用设施?

答 22: 不。如果没有工作人员, 健身场所必须要求顾客在每次使用之前和之后立即用健身房提供的包含在 EPA 批准的用于杀灭可导致 COVID-19 的 SARS-CoV-2 病毒的产品清单中的消毒剂擦拭所有器材(例如, 球类、重量训练器材、器械等)。也可以使用酒精含量为 70%-95% 的溶液。室内健身场所必须记录参与者、访客和顾客联系信息、室内健身场所使用的日期和时间。如果有与室内娱乐或室内健身场所相关的 COVID-19 阳性病例, 则公共卫生官员可能需要商家提供此信息以进行接触者跟踪调查。除非另有要求, 否则在健身课程后 60 天可能会销毁此信息。

问 23: 是否允许在宗教机构(如教堂健身房)中进行室内娱乐?

答 23: 只有当在县的指定风险等级下允许室内娱乐活动时, 才允许在宗教机构中进行室内娱乐。如果根据县的指定风险等级允许进行, 则健身房必须遵循[宗教机构容量限制](#), 健身房一般经营必须遵[室内娱乐及健身指南](#)。

问 24: 户外运动是否都需要戴口罩, 还是仅当无法保持六(6)英尺距离时才要求戴口罩?

答 24: 无论个人之间是否保持六英尺的距离, 都必须戴口罩。在参加户外运动时, 教练、队员、官员和训练员都要戴好口罩、面罩或面部防护罩。

问 25: 对于患先前存在的病症的学生-运动员, 口罩/面罩要求是否有任何例外情况?

答 25: 没有。在全州指南所涵盖的地点, 包括进行无法佩戴口罩、面罩或面部防护罩的活动, 例如淋浴时, 您不需要佩戴口罩、面部防护罩或面罩的时间有限。学校和学区应与其法律顾问合作, 确保他们遵守《美国残疾人法》和《残疾人教育法》以及其他适用法律。

问 26: 12 年级学校户外运动有多少人数容量限制?

答 26: 学校体育运动必须遵守针对学校所在县指定风险等级的最大容量限制。

问 27: 谁来确保 12 年级运动遵守这项指南, 包括遵守禁止全接触性运动的要求? 如何报告违规行为?

答 27: 关于违反州长行政命令 20-66 和俄勒冈州卫生局指南的投诉, 可直接发送给[俄勒冈州职业安全与健康部门 \(OR-OSHA\)](#)或俄勒冈州卫生局, 电子邮箱地址为 covid19.reopening@dhsosha.state.or.us。

问 28: 12 年级学校运动队能在室内和户外游泳池练习吗, 即使这些游泳池是关闭的?

答 28: 否。学校运动队在关闭游泳池方面没有例外。

问 29: 如果在一个极高风险的县, 室内娱乐和健身机构不允许开放, 是否允许物理治疗师在该机构之外经营?

答 29: 是。医疗保健机构和医疗保健专业人员一般不受 OHA 行业指南的约束。拥有执照的物理治疗师如果在室内健身及娱乐场所拥有永久空间进行患者看诊，则在获得该场所的批准后，可继续这么做，即使在一个极高风险的县，室内娱乐及健身场所不向公众开放。如果场所因该县处于极高风险类别而关闭，则不在室内健身和娱乐设施经营的物理治疗师不能使用该空间或设备为病人看诊。

文件可访问性: 对于残障人士或说英语以外的其他语言的人，OHA 可以提供其他格式的信息，例如翻译、大号字体或盲文。请致电 1-971-673-2411、711 TTY，或发送电子邮件至 COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us，与健康信息中心联系。