

**Leiðbeiningar og tilmæli frá mannvirkjanefnd KSÍ varðandi upphitun leikmanna fyrir leik**

**• Högum upphitun þannig að völlurinn verði sem bestur í sjálfum leiknum.**

**• Upphitun á leikvelli ætti aðeins að vera leyfð frá því 45 mínútum fyrir leik í 35 mínútur og í hálfleik.**

**• Þar sem ekki eru aukamörk fyrir upphitun markmanna ætti aðeins nota vítateiga í 5 mínútur fyrir leik.**

**• Þar sem aukamörk eru sett upp ætti ekki að hita upp í teigum.**

**• Ekki ætti að vera í reitabolta inni á sjálfum keppnisvellinum.**

**• Aldrei ætti að taka spyrnur af sjálfum vítapunktinum.**

**• Aldrei ætti að hita upp í teigum í hálfleik.**

**• Vallarstjórinn ætti ávallt að hafa síðasta orðið varðandi nánari útfærslu.**

***Betri völlur - Betri knattspyrna - Fleiri áhorfendur***