

Retningslinjer for træning i Springcentret pga. Covid19

Hedehusene Idrætscenter har vedtaget særlige retningslinjer for fritidsaktiviteter i Springcenter Nærheden, der støtter op om Regeringens restriktioner for nedsættelse af Coronasmitte og spredning.

Instruktørerne tilrettelægger træningen, så forsamlingsforbud overholdes. Der holdes afstand imellem hold og gymnasterne, og redskaber desinficeres mellem holdene.

Du kan derfor trygt træne i Springcentret, så længe alle overholder følgende retningslinjer:

1. Hvis du har mistanke om, at du eller nogen i din husstand er smittet, må du ikke komme til træning. Du skal blive hjemme til, du er testet negativ eller erklæret rask.
2. Lad være at komme til træning, mens du venter på svar på Corona-test.
3. Gymnaster SKAL møde op omklædt.
4. Drikkedunke skal medbringes hjemmefra og være fyldt op.
5. Vask eller sprit hænderne af grundigt inden og efter træning. Benyt de opstillede desinfektion dispensere i Springcenteret (også når du skifter lokale eller bane).
6. Ingen ophold på gangarealer – Direkte ind/ud. Klublokalet er kun for instruktører og foreningsledere. Omklædningsrum og bad er LUKKET – kun nødtoiletter er åbent.
7. Ingen adgang i Springcentret for forældre.
8. Der gælder krav om mundbind gælder for alle på 12 år og derover. Der skal ikke bæres mundbind under selve idrætsaktiviteten. Men det skal bæres ved ankomst til og afgang i indgangspartiet og på gangarealer.
9. Gymnaster må tidligst ankomme 10 minutter før træning og skal afhentes senest 10 minutter efter endt træning.
10. ALT markeret med afspærringsbånd er forbudt område.
11. Kontakt trænerne uden for træningstid, hvis du har spørgsmål eller lignende.

Med venlig hilsen TGF

