

## **Kære alle medlemmer af HUI gymnastik**

opdateret september 2020

Her kan du læse om særlige Covid-19 retningslinjer, gældende for HUI's gymnaster/ kursister og instruktører.

Det er til enhver tid de gældende retningslinjer fra Sundhedsstyrelsen og DGI, som er udgangspunktet for HUI's anbefalinger.

I det nedenstående har vi fremhævet særlige fokusområder, som skal sikre en tryk oplevelse som gymnast, kursist eller instruktør i HUI.

HUI gymnastik anbefaler at nedenstående respekteres og følges af alle gymnaster, så vi får en tryk træningsoplevelse:

- Alle gymnaster, små som store, skal tage ansvar og holde afstand til hinanden så vidt muligt.
- Respekter ophængte plancher i hallen.
- Hold til højre når du kommer og forlader hallen.
- Vi opfordrer til at gymnaster møder omklædt og ellers sørg for at holde afstand og ikke at samles mange mennesker i omklædningsrummene.
- Vi opfordrer til at alle gymnaster medbringer håndsprit, da der skal vaskes eller sprittes hænder efter omklædning, under træningen og efter omklædning.
- Som gymnast bruges ens sunde fornuft og man tager ikke til gymnastik, hvis man udviser symptomer på corona eller føler sig det mindste syg.
- Vi opfordrer gymnaster i den sårbare gruppe til at overveje, om det er fornuftigt at deltage i denne sæson, men i stedet vente til næste sæson.
- Hvis en gymnast før eller under træning udviser symptomer på corona, kontaktes forældrene og gymnasten bedes afhentet.
- Vi opfordrer til at minimere samling af forældre og søskende el.lign. ved glaspartiet ved indgangen til hallen. (Gymnaster der skal ind at træne i hallen har fortrinsret)
- Gymnaster (på børnehold) bliver hentet af deres instruktør ved glasdøren ind til hal 2 og når træningen er ovre, bliver de fulgt ud af deres instruktør ved udgangen til de gamle omklædningsrum.
- Ved forældre-barn holdene, bør kun en enkelt forældre samt barn møde op
- Ved afhentning af gymnaster efter endt træning bedes forældre vente udendørs foran hallen, på parkeringspladsen og ellers opholder man sig i gangen ved hal 1 og cafeteriaet.
- Under træningen sørger instruktørerne for grundig rengøring af kontaktpunkter, redskaber og øvrig udstyr samt står for udluftning af hallen før næste hold starter.
- Bliver man testet positiv med corona, tager man straks kontakt til sin instruktør.
- Hallen/kommunen står for rengøring af omklædningsfaciliteter, toiletter, gulv, døre mm.

Sæsonen bliver ikke som vi plejer, da vi ikke kan benytte alle redskaber pga. rengøringsvenligheden, men vi vil gøre vores bedste til at alle får en god og lærerig sæson på trods af, at vi skal bruge tid på afspritning og rengøring i løbet af træningstiden.

Spørg din instruktør, hvis du er det mindste i tvivl om ovenstående.

Velmødt til en fantastisk sæson :-)