

Aars Gymnastikforening

Idrætscenter Østermarken, Østermarken 22, 9600 Aars



RETNINGSLINJER FOR INSTRUKTØRER, GYMNASTER OG FORÆLDRE I AARS GYMNASTIKFORENING.

Forening / Instruktør ansvar:

- Ved symptomer på sygdom, bliv da hjemme
- Host eller nys i dit ærme/albue – Ikke hænderne
- Sørg for desinfektionsmiddel og sprit til at tørre redskaber og hænder - før, efter og under træning.
- I tilfælde hvor redskaber ikke meningsfuldt kan afsprittes løbende, afsprittes hænder løbende. Eksempelvis afsprittes hænder i springgymnastik før og efter en session.
- Modtagning i springgymnastik skal foregå med omtanke – både i forhold til springsikkerhed og til retningslinjer for fysisk kontakt.
- At der maksimalt må være en gymnast på 4m2.
- At der under hele træningen holdes afstand efter gældende regler.
- At forsamlingsforbuddet ikke overtrædes
- Bestyrelsen vil løbende følge op på retningslinjerne overholdes.

Gymnast ansvar:

- Ved symptomer på sygdom, bliv da hjemme
- Host eller nys i dit ærme/albue – Ikke hænderne
- Undgå håndtryk, kindkys og kram – begræns den fysiske kontakt
- Vask hænder inden du kommer i hallen for at træne (Der er adgang til toilet i hallen)
- Husk fyldt drikkedunk til træning.
- Svedabsorberende redskaber skal medbringes (træningsmåtte m.v.) Da brugen af redskaber variere fra hold til hold, vil du få besked fra din instruktør hvis du selv skal medbringe redskaber.
- Mød op i rent træningstøj (Ingen bar overkrop)
- Træner du i gymnastiksalen, vær da OBS på ind- og udgang (Se skilte) Indgang overfor hal 1 og udgang i gangen overfor skolen.

Forældre ansvar:

- Ved symptomer på sygdom, bliv da hjemme
- Host eller nys i dit ærme/albue – Ikke hænderne
- Hjælp dit/jeres barn med retningslinjerne
- Forsamlingsforbuddet gælder i hele Idrætscenter Østermarken, hvorfor vi opfordre til mindst mulig ophold i forhallen
- Træner dit/jeres barn i springsalen, vent da i forhallen, gangen ved gymnastik- og springsal bliver let en "flaskehals".
- Træner dit barn i gymnastiksalen, vær da OBS på ind- og udgang (Se skilte) Indgang overfor hal 1 og udgang i gangen overfor skolen.
- Forsamlingsforbuddet gør, at vi ikke kan byde dig/ jer indenfor ved velkomst og "farvel".
- Skriv til dit/jeres barns instruktør, såfremt du/I har en besked omkring dit/jeres barn

I DET TILFÆLDE DU/DIT/JERES BARN BLIVER TESTET POSITIV, KONTAKT DA STRAKS INSTRUKTØREN PÅ HOLDET, SAMT SEND EN MAIL TIL FORMAND@AARGYMNASTIKFORENING.DK, MED OPLYSNINGER OM HOLD OG NAVN PÅ GYMNAST. OPLYSNINGER PÅ GYMNASTEN BLIVER BEHANDLET FORTROLIGT.

Bestyrelsen

Aars Gymnastikforening