

COVID-19 – Forholdsregler for deltagere på hold

VIGTIG INFORMATION INDEN DU MØDER TIL TRÆNING

Du skal blive hjemme, hvis du føler dig sløj eller udviser symptomer på COVID-19
Hvis du udviser symptomer og/eller bliver testet positiv for COVID-19 – læs proceduren [her](#).

Husk god hygiejne før, under og efter træning.

Inden træning

- Der er i år ingen prøvetræninger
- Du SKAL være tilmeldt dit hold, inden du møder til første træning til brug ved eventuel smitteopsporing
- Du skal møde omklædt til træning, da der ikke er omklædnings- og bedefaciliteter til rådighed
- Som forældre siger du farvel til dit barn ved døren og går ikke selv ind i bygningen (gælder for børn fra 0. kl.) Er dit barn yngre, følges det ind af EN pårørende (altså søskende følger ikke med)
- Mødetiden er præcis - mød ikke før tid

Under træning

- Du skal respektere og efterleve de specifikke anvisninger, som du får fra din instruktør og TGI.
- Forældre må hverken opholde sig i bygningen, i træningslokalet eller i et eventuelt omklædningsrum/for-rum/andet lokale. Hvis børnene ikke kan være alene uden mor/far, kan de indtil videre ikke gå på holdet – gælder ikke forældre/barn-hold.
- Du skal holde 2 meters afstand til de andre deltagere – ingen kys, kram og håndtryk.
- Hvis nødvendigt - host eller nys i ærme – ikke i dine hænder.
- Træning slutter 10 min. før programsat pga. rengøring

Efter træning

- Du skal forlade træningslokale og bygning straks efter træning.
- Du må meget gerne hjælpe til ved rengøring og afspritning af redskaber efter endt træning.

Gælder kun for-træninger

- Du skal skrive dig på en liste, hvor du oplyser dit navn, telefonnummer og mailadresse, så vi let kan finde dig, hvis der skulle blive tale om smittesporing.

Træning på Tingstrup Skole og Tilsted Skole

Da instruktørerne selv skal gøre samtlige kontaktflader rene, har bestyrelsen besluttet følgende:

- Der er ikke adgang til toilet
- Strømper eller gymnastiksko er påkrævet