



Information inför återuppstart av träningsverksamhet

Plötsligt händer det! Vi får öppna! Om än försiktigt. Läs igenom följande kontrakt och signera längst ner.

”Från och med 14 juni är det okej att träna och tävla igen, så länge som de råd och restriktioner som finns följs. Så tolkar RF den information som kommit från Folkhälsomyndigheten hittills” (SB&K).

Styrelsen i **Team Hang Loose** har haft möten och dialog kring hur vi kan öppna för träning på ett ansvarsfullt sätt. All träning är givetvis frivillig och träningsavgifter krävs endast av de som väljer att träna och därmed att följa de rutiner och villkor som beskrivs nedan.

Förutsättningar:

- Max tio tränande deltagare per pass.
- Vuxna BJJ/SW - Tisdag kl.18.30-20.00, torsdag 19.15 – 20.45. Torsdagens pass justeras för att undvika större samling människor i lokalen samt möjliggöra för städning mellan barn- och vuxenpassen.
- Vuxna BJJ/SW lördagar 13.30 – 15.00. Lördagens pass justeras för att undvika större samling människor i lokalen samt städning mellan barn- och vuxenpassen.
- Barnpass torsdag 17.45-18.45, lördag 12.00-13.00.
- FYS-pass enligt standardschema (måndag, onsdag, fredag 17.30-18.15)
- Yogapass återkommer på söndagar, Viola bjuder in till de söndagar hon är tillgänglig.

Rutiner:

- Anmälan till varje pass
 - anmälan sker tidigast en vecka innan. Anmälan görs på vår Facebook-sida i det inlägg som gäller för passet du vill delta på.
- Rulla med så få som möjligt per pass, eget ansvar gäller här.
- Ombyte får ske hemma före/efter pass om ni har möjlighet, detta uppfyller rekommendationen på att undvika trängsel i omklädningsrum.
- Omklädningsrummen kommer att vara tillgängliga och ingå i städrutinen men duscharna är avstängda.
- Innan uppstart har styrelsen säkerställt att det finns material för att kunna hålla god handhygien och goda städrutiner.

Villkor:

- Minsta förkylningssymtom – stanna hemma. Får du symtom under träning, avbryt.
- **Träningsavgift ska vara betald innan träning påbörjas.**
- Inga nya medlemmar eller medlemmar från annan klubb tas emot i nuläget. Detta för att hålla nere smittspridning i den mån vi kan. Vi tränar inte heller hos andra klubbar nu.
- **Max 10 personer som rullar/pass** (kräver anmälan, se ovan)
- En ansvarig/pass som ser till att rutiner och villkor efterlevs (tränare/ledare).
- Städning och desinfektering före OCH efter pass. Genomförandet är **allas** ansvar. Signering av ansvarig (tränare/ledare) krävs.

Team Hang Loose
Krukmakaregatan 4
611 38 Nyköping



- Medtag egen handduk till träning! Använd inte pappershandduk/Torky till att torka svett.
- Signering av detta infobrev som säkerställer att du tagit del av information.

Vi har ett gemensamt ansvar för att hålla en hög nivå på genomförandet av denna uppstart i Coronatider. Detta uppnår vi genom samarbete.

Vi börjar så här men om vi ser att vi inte har tillräckligt underlag (antal tränande) kan vi komma att göra justeringar. Vidare kommer vi fortfarande att hålla oss uppdaterade kring rekommendationer från Folkhälsomyndigheten, RF och SB&K. Styrelsen uppdaterar föreningens medlemmar i det fall något förändras.

Till sist vill vi säga, ÄNTLIGEN! Äntligen kan vi rulla och umgås men snälla glöm inte att följa rekommendationer, rutiner och villkor. Vi vill alla hålla oss friska och hålla igång verksamheten!

Väl mött på mattan!

- I och med min signatur godkänner jag de regler och rutiner som gäller för träning under denna period.

X

Medlem