

Teknik-/träningsverksamhet rutiner anpassade för att följa den nya pandemilagen.

Regeringen och Folkhälsomyndigheten har meddelat att de förlänger den allmänna stängningen av kommunala inomhusanläggningar till den 7 februari men gör undantag för barn och ungdomar födda 2005 eller senare. Detta betyder att vi kan återuppta Teknik-/träningsverksamheten, under anpassade former.

Barn och ungdomar födda 2005 och senare kommer att träna i sina grupper enligt ett temporärt schema som gäller tills vidare.

Nedanstående gäller för träningsverksamhet på Njurundahallen. **Det kommer att finnas skyltar på plats också med instruktioner** för hur man röra sig inne i simhallen samt hur många personer som får vistas i respektive lokal.

*Föräldrar får inte följa med in i Njurundahallen.

*Simmaren ska ha på sig badkläder under sina kläder när de kommer till Njurundahallen.

*Simmarna samlas 5 minuter innan träningen startar på övervåningen i Njurundahallen. Ingång via foajén.

*simmaren får tidigast komma in i Njurundahallen **5 minuter innan träningen startar**.

*Simmarna kommer snabbduscha två åt gången innan de hoppar ner i vattnet. Detta kommer tränarna organisera på plats.

*Efter träningen duschar simmaren hemma alt på **sporthallssidan**

- Max 8 personer samtidigt i de stora omklädningsrummen på sporthallssidan
- Max 3 personer i duschrummet.

Damomklädning har två omklädningsrum på sporthallssidan herrarna har ett.

*Medtag badtofflor och badrock (något annat varmt runt dig). Simmarna kommer gå ut vid hissen genom foajén till omklädningsrummet.

*Lämna badet så snart din träning är avslutad.

*Under denna period har vi valt att inte köra någon landträning

Vi vill även påminna om att det just nu är viktigare än vanligt att stanna hemma om man är sjuk, även vid milda symtom för att hjälpas åt att inte sprida eventuell smitta.

Hälsningar
Maria Öman
Verksamhetsansvarig