



## FOR Å FÅ TIL TRENING I NÅVÆRENDE SITUASJON, ER DET VIKTIG AT ALLE LESER FØLGENDE INFORMASJON:

- Smittevernregler skal overholdes, og det er mulig at dere vil bli delt inn i mindre grupper.
- Alle foresatte/voksne må informere sine barn om at det skal være **minst 1 meter avstand** mellom alle spillere til enhver tid.
- Alle må informere sine barn om at det av smittevernhensyn er **ekstra viktig at alle følger de instruksjonene som trenere gir** før, under og etter trening.
- Det er **KUN deltagere som er påmeldt treningen i Spond som får lov til å delta på trening.**
- Treningen vil foregå i **Slorahallen, uten tilgang til garderobene.**
- Alle deltagere møter opp før ordinære trenings tid ferdig skiftet. Ta med innesko og nok drikke da det ikke vil være mulig å komme inn i garderobe for vann.
- Deltagere som er **smittet av korona, er i karantene eller som har symptomer på luftveisinfeksjon**, som feber, sår hals, rennende nese, hoste eller nedsatt allmenntilstand **skal IKKE delta på trening.**
- Det er ikke mulighet til vaske hendene men kun antibac/desinfeksjon middel. Klubben sørger for innkjøp av desinfeksjon middel og en gang hansker.

### Utstyr

Alle som henter stolper, netter og diverse utstyr må bruke engangs hansker eller antibac før og etter.

Alt av utstyr som medbringes til trening, rengjøres grundig i såpevann eller antibac/desinfeksjon middel før og etter bruk.