**Corona-vejledning**

Endelig må vi starte op med gymnastikken igen… dog en smule anderledes end vi plejer! Vi vil gøre, hvad vi kan af tiltag, men vi er afhængige af, at DU hjælper os og at vi alle bruger vores sunde fornuft! Du bedes derfor sætte dig grundigt ind i følgende retningslinier:

Først og fremmest…MØD IKKE OP HVIS DU ER SYG ELLER HAR SYMPTOMER PÅ CORONA!

**Børneholdene**

Børnene skal afleveres og hentes udenfor hallen, tidligst 5 min før deres hold starter! Ved indgangen skal de spritte eller vaske hænder og vi vil guide dem videre til hal 2 og vise dem hvor de kan stille deres tasker. **VIGTIGT**: For at undgå krydspassage går Springfrøer og Spring/rytme ind/ud af hallens hovedindgang, Tigerspring går ind/ud ved kulturhuset! Husk drikkedunk MED vand i samt navn på. I de tilfælde hvor barnet er utryg ved selv at gå ind, er det naturligvis i orden at en forælder går med. Ved springfrøerne (børnehaveholdet) må forældre gerne gå med, men vi opfordrer til, at de går en lille tur imens barnet laver gymnastik, ellers må de sidde på bænken til venstre for indgangen til hal 2, med 1 meters afstand.

Rytmeholdet i gymnastiksalen om tirsdagen: Her er ind- og udgang fra busholdepladsen. Den sidste tirsdag i måneden er det i kulturhuset og ind- og udgang er omme ved kulturhuset. Husk at komme til tiden, ikke før! Der vil være sprit ved indgangene.

Når barnet er tilmeldt gymnastik, har vi automatisk jeres oplysninger i tilfælde af, at vi får behov for at kontakte jer!

Vi vil sørge for at der holdes afstand under gymnastikken og at alle gymnastikredskaber og madrasser rengøres imellem hvert hold!

**Motionsholdene**

Alle møder omklædte. Indgang til gymnastiksalen er fra skolegården og udgang er igennem omklædningsrummene. Der vil være sprit tilgængeligt ved indgangen og i salen. Overtøj og tasker placeres i redskabsrummet ved ankomst og tages efter gymnastiktimen med i omklædningsrummet.

Gymnastikken vil foregå med afstand mellem deltagerne. Liggeunderlag skal motionisterne selv medbringe. Bad må gerne benyttes, men husk at holde 1 meters afstand i omklædningsrummet!

Med godt humør og sund fornuft hos alle, skal vi nok få nogle sjove og trygge gymnastiktimer. Vi glæder os til at komme i gang igen.

De bedste hilsner fra AIF gymnastik