**Kære medlem i AIF svømning**

Nu er vi endelig kommet så langt at vi kan starte træningen og undervisningen op igen i svømmeklubben. Vi har planlagt undervisningen og træningen så det kan blive en god og tryg oplevelse for alle. Vi er meget afhængige af at alle følger retningslinjerne og anbefalingerne beskrevet herunder i dette medlemsbrev.

Vi håber med disse forholdregler at vi alle kan undgå Coronasmitte og nedlukning denne sæson.

Derfor er det vigtigt at alle forældre, børn, ledere, trænere, hjælpetrænere og frivillige sætter sig godt ind i reglerne.

Vi glæder os til at se jer og få gang i svømme aktiviteterne igen.

**Svømningens generelle regler**

Som alle nok ved er de fleste forholdsregler i forhold til Corona ved at være ophævet, det gælder naturligvis også til svømning.

Vi har dog i AIF-Svømning valgt at holde fast ved nogle af de forehold som der kom påbaggrund af Corona. Dette fordi vi har oplevet det meget positivt for både svømmere samt trænere og hjælpetrænere.

Vi har valgt igen at have forældre-kigge-uger, det vil sige at forældrene er meget velkommen i svømmehallen blot ikke hele tiden, vi har erfaret at dette giver en langt større ro på børnene og derved en bedre læring.

Det nye denne sæson, er at det også gælder i det lille bassin, altså på blæksprutte og pingvinholdene.

I forældre må naturligvis gerne følge jeres børn ind, og blive indtil de ved hvad de skal. Derefter kan i vente ude i cafeteriet, hvis der bliver behov skal vi selvfølgelig nok hente jer. Erfaring fra Coronatid viser at jeres børn er super gode til at klare dette, når blot de ved det til at starte med.

Vi opfordre derfor til at alle forældre overholder forældre-kigge-uger (35, 41, 47, og 50)

**Retningslinjer i forbindelse med undervisning og træning**

Ved ankomst til svømmehallen

* + Alle deltagere skal ankomme præcist til træningstiden. Husk dog også tid til omklædning og bad.
  + Alle deltagere skal følge de regler svømmehallen har udarbejdet i forhold til adgang til svømmehallen samt regler for omklædning og bad.
  + I vil ved ankomst blive modtaget af folk fra AIF svømning som er behjælper med anvisning af omklædningsrum. Da dette i denne sæson også vil være anderledes end vanligt.
  + Efter omklædning skal man tage sit tøj samt taske med ind i svømmehallen, og ligge det på et anvist sted, dette er gældende for svømmere i det store bassin.
  + Til svømmere i det lille bassin bedes forældrene tage tøj og tasker med ud i cafeteriet eller andet venteområde.

På bassinkanten

* + Ved bassinet skal hver eneste deltager gå til et tydeligt markeret område, hvor man placerer sit udstyr. Dette vil være det samme område hver gang og man vil blive anvist området af trænere. Her placerere man sin taske mm.
  + Deltageren skal vaske eller spritte hænder af før og efter træning. Dette foregår på de af klubben og svømmehallen anviste steder. Udøveren opfordres til at røre sig selv mindst muligt i ansigtet.

Træningen/undervisningen

* + Alt udstyr skal ligge i en træninstasken, når dette ikke bruges.
  + Det anbefales at toilettet kun bruges i nødstilfælde under træningen og i givet fald skal der efterfølgende følges op med god håndhygiejne.

Efter træningen

* + Efter træningen skal deltagerne følge svømmehallens anvisninger i forhold til omklædning og bad. Ligeledes skal der altid vaskes eller sprittes hænder af efter træningen på de hertil anviste steder.

Særligt for voksen hold

* Som voksen udøver skal man have et coronapas. Det skal ikke fremvises, men der kan forekomme stikprøvekontrol.

HUSK at sætte jer ind i alle regler og retningslinjer og følge anvisninger

Ved yderlig spørgsmål kontakt venligst Tina Brandt på mail: [aifsvomning@gmail.com](mailto:aifsvomning@gmail.com)

På forhånd TAK

Vi glæder os til at se jer i vandet igen.

De bedste svømmehilsener

AIF-svømning