**Til alle lag som skal trene i Sandneshallen sesongen 20/21**

Her kommer informasjon i forhold til trening i Sandneshallen:

* Alle møter utenfor hovedinngangen og går samlet inn med trener når treningen begynner. Treningsgruppene slipper ikke inn før treningstiden starter. Viktig å komme presis, og være kledd ift. været. ( ingen slipper dessverre inn selv om det blåser og regner)
* Desinfisering av hender gjøres av alle før man går inn i hallen!
* Ansvarlig trener registrerer seg selv når han/hun går inn ved å sende sms med navn og idrettslag til 92234332 (det er en egen plakat i inngangspartiet)
* Ansvarlig trener må ha kontroll på alle som skal trene. f.eks ved påmelding i Spond eller lister som blir krysset av, slik at det lett kan drives smittesporing
* Ingen grupper over 20 personer, og det skal være en ansvarlig trener i hver gruppe. Det er en forutsetning at treningsarealet blir fordelt slik at gruppene kan holdes helt adskilt under hele økten og at de både enkeltvis og samlet kan overholde smittevernrådene. Det anbefales å dele barna inn i faste grupper. Dette innebærer også at aktiviteten bør organiseres slik at gruppene kommer og går til ulike tider for å forhindre trengsel.
* Man må være klar til å gå ut med gruppen når treningstiden er over. Tilrettelegging og rydding må skje i treningstiden og kan ikke utføres før eller etter.
* Alle friidrettslag går inn til og ut av hallen i inngang fra 1. etg. Trekk deretter inn på tribunen for å skifte til innesko
* Brukere av indre flate bruker kulvert
* Turnen går opp og helt inn til klatreveggen
* Alle skal holde minimum 1. meters avstand. 2. meter ved hardere økter
* Det skal være minimum 5-10 meters avstand mellom hver gruppe
* Bruk av områder bør være avtalt på forhånd mellom treningsgrupper
* Foreldre er ikke tillatt i hallen
* Bruk av garderober er ikke tillatt
* Bruk av treningsrom er ikke tillatt
* Utstyr skal desinfiseres etter bruk mellom hver treningsgruppe. Lagene skal selv ha dette med.
* Tjukke matter (grønn farge) skal ikke benyttes
* Husk INNESKO

 Har du symptomer på luftveisinfeksjoner eller feber, hold deg hjemme!

Det er utrolig viktig at alle forholder seg til de regler og retningslinjer som er satt.

Alle lag og trenere skal ha satt seg inn i Norges Idrettsforbund, sitt Særforbund og FHI sine retningslinjer i tillegg til hallens regler og retningslinjer.

Hvis ansatte i hallen opplever at trenere eller utøvere ikke følger regler og retningslinjer, vil laget/klubben kunne bli utvist på ubestemt tid.

Vi ber dere også gi beskjed hvis en opplever at noen ikke tar dette på alvor.

Lykke til! 😊