

## **Till dig som medlem och ledare i Vislanda Gymnastikförening**

Nu är hösten och alla våra grupper igång. Som ni vet har samhället öppnat upp och restriktioner har lättats även om vi inte helt och fullt kan släppa tanken på att hålla avstånd och undvika smitta.

Vi i Vislanda gymnastikförening tar smittläget i samhället på stort allvar och fortsätter kontinuerligt följa kommunala och nationella rekommendationer från folkhälsomyndigheten, riksidrottsförbundet, svenska gymnastikförbundet och Alvesta kommun.

Vår verksamhet är frivillig och det är ni medlemmar/medlemmars vårdnadshavare som ansvarar för i vilken grad ni/era barn väljer att delta.

För att vi på ett säkert sätt ska kunna genomföra verksamheten har styrelsen beslutat följande:

- Vi öppnar upp våra omklädningsrum men ber er att hålla avstånd. Respektive grupps ledare kommer att informera om eventuella nya rutiner kring lämning och hämtning av barn/gymnaster.
- Alla deltagare väntar i omklädningsrummen/tilldelad plats tills ledare säger att det är okej att gå in i hallen.
- Endast 1 medföljande vuxen/barn i familjegympan och syskon ombeds stanna hemma.
- Ta gärna med egen träningsmatta/liggunderlag till våra motionsgrupper
- Vi uppmanar våra gymnaster/ deltagare att byta om och duscha hemma.
- Vi erbjuder i nuläget ingen bastu under höstterminen.

När ni väljer att delta i vår verksamhet ber vi er vara uppmärksamma på och följa dessa punkter:

- Delta inte i våra grupper om du har någon form av sjukdomssymtom.
- Namna din vattenflaska för att inte riskera att ta fel och dela inte vattenflaska med någon annan.
- Var noga med handhygien, tvätta händerna ordentligt innan och efter träningspasset. Handsprit kommer finnas i omklädningsrummet och inne i hallen.
- Rengör eventuella redskap med tillgängligt rengöringsmedel
- Undvik direktkontakt med andra deltagare
- Håll avstånd

**Vi ser fram emot en fin gypahöst, är det något ni undrar över vänligen kontakta styrelsen på mail [vislandagf@gmail.com](mailto:vislandagf@gmail.com).**

**Tänk på att stanna hemma vid symtom, hålla avstånd och vara noga med handhygien.**

**Var rädda om Er och Varandra**

**Med vänliga hälsningar**

**Styrelsen, Vislanda GF**