**Retningslinjer for smittevern for Sinsen gymnastikk for turnforening**

* Møt opp utenfor inngang E
* Registrering ved ankomst
* Det vil kun være tillatt med inntil 20 personer inkl. instruktør i salen
* Det må være 1 meters avstand
* Du må være frisk – bli hjemme hvis du ikke er helt i form
* Treningstimen er redusert til 45 minutter da styret må desinfisere/vaske gulvet i gymsalen samt kontaktflater til bruk for neste leietaker
* Det oppfordres til bruk av egen matte eller håndkle
* Har du egen strikk så ta denne med. Vi vil låne ut strikker til dere under koronatiden, som dere må ta med dere til hver treningstime. Dette pga smittevern
* Det vil ikke bli brukt vekter eller matter fra Sinsenskapet i treningstimen
* Vi disponerer kun gymsalen – dvs at vi bruker også denne til garderobe. Fint om dere kommer ferdig skiftet til timen. Garderoben og toaletter er stengt for bruk.
* **Møt opp i god tid før timen, da timen starter presis kl. 18.00**

Styret i Sinsen gymnastikk og turnforening

26.8.2020