



2021-01-16

HANDLINGSPLAN COVID 19 - SNÖTRÄNING EKAN SÄSONGEN 2021

OBS! Det är mycket viktigt att vi tillsammans följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer och att var och en tar sitt ansvar att bidra till trygg träning. Vår Handlingsplan med information under all träning i Ekan är obligatorisk att följa för deltagande ungdomar och vuxna. Läs och gå igenom den med deltagande ungdomar.

För att i största möjligaste mån minska smittorisken under pågående pandemi och samtidigt kunna fortsätta erbjuda möjligheten för våra barn att träna och hålla sig friska så kommer vi denna säsong behöva förhålla oss Tillsvidare till Folkhälsomyndighetens råd och riktlinjer under träning. I denna Handlingsplan ligger ett stort ansvar på individen och vi ber därför alla föräldrar att kontinuerligt prata med era barn och påminna om vikten av att detta sköts. En av de viktigaste punkterna är att ingen publik av föräldrar får förekomma i anläggningen under träning - bara åkare, tränare, lagledare, och hjälpende föräldrar får vistas i anläggningen.

Nedan har vi tagit fram en rad punkter på hur vi ska kunna genomföra vår träning på ett smittsäkert sätt.

Generella punkter:

- Vi följer FHM rekommendationer och allmänna råd
- Alla åkare och föräldrar som har minsta sjukdomssymtom ska stanna hemma'
- Vi håller avstånd för att undvika smitta
- Vi följer anläggningens uppsatta regler för att undvika smittrisk. Dessa regler följer SLAOs rekommendationer angående Covid-19.
- Vi delar inte utrustning med varandra
- Vi tränar i den mån det går utomhus
- Vi undviker gemensamma omklädningsrum, cafeterior och värmestugor
- Vi håller minst en stavlängds avstånd i liftkö
- För barn födda 2004 och tidigare rekommenderas också att vi reser till och från aktiviteten individuellt

Specifika punkter:

- Barnen släpps av på parkeringen och inga föräldrar är tillåtna i backområdet under passet.
- Samling och avslutning kommer ske på anvisad plats för respektive grupp; information om det kommer via dina lagledare.
- Vi kommer att ha tränare och lagledare samt hjälpende föräldrar i backen som hjälper till under passet samt säkerställer att barnen håller rimliga avstånd. Schema på hjälpende föräldrar organiseras av lagledarna i respektive grupp.
- Vi kommer anpassa antalet banor efter antalet åkare för att minimera köer på start och se till att vi kan hålla avstånd.
- Morötter placeras ut vid start för att hjälpa och påminna barnen om att hålla avstånd i kön. Viktigt att inga barn samlas i klungor vid start eller mål.
- Vi ber om att alla tränare och lagledarmöten sker digitalt.
- Förbättrade toaletter med mer utrymme kommer att finnas till hands
- Anläggningens cafe och värmestugor kommer att vara stängda tillsvidare

Tack för att ni hjälper till att respektera uppsatta regler så att våra barn ska få möjlighet att fortsätta bedriva sin träning nu när vi äntligen har snö i vår fina backe.

Styrelsen Lidingö Slalomklubb