

Generelle retningslinjer for brug af Springcenter og Dynamikken

For at kunne bruge vores fantastiske faciliteter, må vi følge nedenstående retningslinjer. De er nødvendige, og hvis vi hjælper hinanden er det til at håndtere. Husk at faciliteterne er til træning – ikke til ophold. God fornøjelse.

- Man ankommer omklædt og tager hjem og bader.
- Når man ankommer til lokalet og forlader lokalet sprittes hænder og fødder.
- Hold 2 meters afstand, når det er muligt (i kø, opvarmning mm).
- Medbring din egen vandflaske, og del ikke.
- Vi anbefaler max. 15 gymnaster pr. træner.
- Gymnaster skal springe mest muligt selv, og trænerne laver kun sikkerhedsmodtagning.

Ind- og udgang:

Springcenter:

- Indgang til Springcenteret fra hallen. Sørg for at samle sko, ekstratøj, vandflaske, håndklæde mv. ét sted (evt. langs væggen).
- Udgang via dørene til udenfor (i forbindelse med udluftning) – husk alle dine ting.

Dynamikken:

- Indgang til Dynamikken fra foyer eller udefra. Sørg for at samle sko, ekstratøj, vandflaske, håndklæde mv. ét sted (evt. i hylden under trappen).
- Udgang via dørene til udenfor (i forbindelse med udluftning) – husk alle dine ting.

Rengøring

Hvert hold afsætter min. 15 min. til rengøring af redskaber samt udluftning (dette inkluderet i træningstiden, hvis der kommer hold efter). Dette er opgaver, som trænerne er ansvarlige for til slut ved hvert træningspas.

- Særligt brugte redskaber tørres af med rengøringsartikler, som står ved musikanlægget i hallen (spray og engangsklude). Vær særligt opmærksom på håndtag og andre overflader som berøres meget.
- Hvis der er tydelige sved-pletter på gulv og redskaber bruges mobben (fra Studiet eller Hallen) før E-spray'en benyttes.
- Efter hver træning benyttes E-spray'en i hele lokalet (findes ved musikanlægget i hallen).
 - Fyld beholderen med rengøringsmiddel fra den store beholder, hvis den trænger.
 - Start i den fjerne ende af rummet gå baglæns væk fra tågen imens du sprayer.
- Hvis du er i tvivl, om noget skal rengøres.... Så gør det 😊

Vi håber at vi sammen kan være med til at overholde retningslinjerne, så vi kan blive ved med at holde huset åbent. Husk at sig til, hvis noget ikke fungerer – kun på den måde kan vi ændre tingene. God træning.