

Nya riktlinjer från Folkhälsomyndigheten

De nya riktlinjerna från Folkhälsomyndigheten gör gällande att man ej längre tillåter fler än 50 personer i allmänna sammankomster och arrangemang som man normalt söker tillstånd för, simhallar är undantagna från vad gäller som allmänna sammankomster. Samtidigt förordar man fortfarande att aktivitet för våra barn och unga är viktigt. Vi har inte fått någon information från Fyrishov eller kommunen om att vi har ändrade förutsättningar. Om några andra regleringar skulle ske kommer vi naturligtvis att anpassa vår verksamhet efter dessa.

Vi har idag ett läge där alla redan tar ett ordentligt ansvar för sin egen och andras hälsa. Man går inte till träning om man känner sig minsta sjuk. I dessa tider är det många som har förkylningar, allergi och vanligt influensa, man kommer inte till träningarna. Detta innebär att våra grupper är små.

Vi kommer fortsätta vår simträning/Simskola/tekniskola men med lite förändringar:

Vi följer alla de tidigare allmänna reglerna (läs tidigare inlägg på hemsidan om du uppdatera dig)

Vi ser till att vi duschar och är rena innan vi hoppar i bassängen.

Simskolan har endast upprop sen går man i vattnet, så kom bara precis innan.

Teknikskolan kortar ner sin uppvärmning för att hinna duscha ordentligt.

När vi gör uppvärmning på land håller vi det gängse sociala avståndet på ca 1,5m

För de äldre träningsgrupperna gör vi inte de längre landträningarna inomhus, tränarna får avgöra när de ska göras och då gör vi dessa utomhus, ha kläder för väder och uppgift. Det är tränarna i grupperna som skickar meddelanden om detta då det kommer vara olika för grupperna.

Föräldrar ombedes att inte befinna sig i bassängområdet under träning.

De barn som behöver hjälp i omklädningsrummet hämtas vid avslutad träning, annars möter man upp utanför omklädningsrum.

Vad gäller gymträningen så har inte C2 eller B gruppen någon gymträning nu. De andra grupper som har gymträning träningar inte samtidigt så att mindre blir antal i gymmet och endast på morgonen.

Poängsim ställs in den 18 april då det är för många som medverkar. Vi återkommer mer information när det finns något att meddela.

Naturligtvis så är det viktigt att alla känner sig trygg i miljön. Känner man sig tryggare att komma direkt till simträningen så gör man det, men ALLTID helt frisk!

Med vänlig hälsning

Upsala Simsällskap