

# Smittevernregler for Sparebanken Sør Amfi Grimstad

**Ansvarlig trener/leder/lærer må påse at nasjonale smitteverntiltak gjøres kjent og overholdes av utøvere/deltakerne/elever.**

**I tillegg må alle idrettene overholde smittevernreglene som gjelder for sin idrett.**

Syke utøvere og trenere holder seg hjemme.

- Personer med forkjølelssymptomer og personer med andre luftveisinfeksjoner skal holde seg hjemme. Det gjelder også personer i karantene eller isolasjon.

Hold avstand

- Medlemmer i en klubb/klasse holder alltid 1 meters avstand mellom seg.
- Utøvere fra ulike klubber må holde avstand på minst 2 meter til andre klubber om de møtes inne i hallen eller i garderoben.
- Maksimalt 50 utøvere i den store hallen og 20 i de andre treningsrommene.
- Fellestreninger i styrkerommet/speilsalen kan flyttes ut i den store hallen etter nærmere avtale.

Hygiene

- Håndvask når man kommer, etter dobesøk og ved nysing.
- Hosting og nysing i albuen eller papirhåndkle.
- Unngå deling av treningsapparater mest mulig. Må i så fall vaskes godt mellom hver utøver.

Renhold garderober og toaletter

- Kom på trening i treningstøy, og skift til innesko i garderoben.
- Dusjene er stengt.
- Garderobes og toalett vaskes grundig daglig.
- Ansvarlig trener/leder/lærer sørger i tillegg for at dørhåndtak, vannkraner og såpedispensere vaskes over med utsatt spray og papir før og etter trening.

