

Aspervika Trim & Turn - Informasjon ved oppstart av nytt turnår

Hjertelig velkomne til nye og «gamle» gymnaster, vi gleder oss til å ta fatt på ett nytt turnår. Oppstart er satt til mandag 31. august. Høstens treningsoversikt og turnkalender ligger tilgjengelig på vår nettside. Vedlagt følger informasjon om oppstart, vi ber dere lese gjennom nøye. Ta gjerne kontakt om det skulle være noen spørsmål.

Restriksjoner som følge av corona-situasjonen

- Dersom man har forkjølelsessymptomer, selv lette, skal man ikke komme på trening
- Alle må vaske hendene med såpe før de kommer på trening og etter trening
- God hånd og hostehygiene er viktig
- Foresatte skal bare oppholde seg inne på bygget dersom det er HELT nødvendig
- På partiet Småbarn m/foreldre skal selvsagt foreldre være med i gymsalen. Kun en voksen pr. barn
- Gymnastene skal møte ferdig skiftet til trening (husk rent tøy) og vente i garderoben til de blir hentet av trener
- Gymnastene må møte i egne turnsko / antisklisokker
- Gymnastene skal møte i garderobe angitt under. Foreldre skal ikke vente i gymsal
- Barn og unge under 20 år er fritatt 1 m regelen, men oppfordret til å holde avstand. Alle voksne SKAL holde minst 1 m avstand til hverandre
- Alle som møter på trening må krysses av på deltakerlisten og telefonnummer til foresatte må være oppgitt i tilfellet det blir behov for smittesporing
- Grunnet strengere restriksjoner avsluttes treningene 5 min før oppsatt tid og begynner 5 min etter oppsatt tid
- Vi vil vurdere alle arrangement fortløpende
- Voksne på Gym-X må ha med stort badehåndkle til å legge over låne-matte. Eventuelt medbringe egen yogamatte.

Mandag		
Hopp og Sprett	16:10-16:50	Første garderobe
1 – 4 trinn mix	17:00-17:55	Innerste garderobe
2 – 6 trinn mix	18:00-18:55	Første garderobe
Gym-X	19:00-19:55	Innerste garderobe
Tirsdag		
Småbarn	16:10-16:55	Første garderobe
5-10 trinn mix	17:00-17:55	Innerste garderobe
Turn fra 7 trinn	18:00-18:55	Innerste garderobe
Volleyball damer	19:00-20:25	Trenergarderoben

<https://gymogturn.no/wp-content/uploads/2020/05/NGTFs-koronavettregler-plakat-01.06.2020.pdf>.

Hjemmeside / informasjon

Adressen til vår hjemmeside er www.aspervikatrimogturn.no, siden oppdateres jevnlig. Informasjon til medlemmer sendes fortrinnsvis ut som e-post, men følg oss gjerne også på vår Facebook side. Vi setter stor pris på at dere informerer oss dersom det er spesielle behov vi må vite / ta hensyn til. Trener eller styre kan selvfølgelig alltid kontaktes ved behov.

Registrering – nytt medlemssystem

Nytt medlemssystem er nå oppe og går. utfordringene rundt pålogging/registrering etc. er løst og vi håper nå at nettsiden kan bli et godt verktøy for alle medlemmene. Informasjon til eksisterende medlemmer er sendt ut og påmelding til høstens parti er åpnet. På grunn av begrensninger på 20 stk. per parti åpner påmelding for nye medlemmer først onsdag 26.08. For support til selve medlemssystemet benyttes telefon 21029090, hverdager 9-16. For informasjon om turnpartier, treninger se vår hjemmeside eller ta kontakt på e-post post@aspervikatrimogturn.no.

Vi gleder oss til en ny turnhøst!

Med vennlig hilsen

Styre i Aspervika Trim og Turn