

Kære alle gymnaster, forældre til gymnaster samt trænere i Gjellerup Sdr.

Efter seneste udmelding fra regeringen d. 23.10.20 fik vi nye restriktioner at forholde os til. I skal vide, at vi arbejder på højtryk for at finde løsninger, der gør, at vi stadig kan tilbyde jer at gå til gymnastik. I nogle tilfælde er vi nødt til at tænke ret alternativt, men vi synes, at alternativerne trods alt er bedre end slet ingen gymnastik. Følgende er gældende fra i morgen d. 26.10.20 og i første omgang frem til d. 22.11.20:

Børne- og unge hold fortsætter som hidtil. Gymnaster der er 21 år eller derover, og som går på et af vores seniorhold, er dog nødt til at springe træningen over i kommende uge, og afvente nærmere, indtil vi får svar fra højere instanser.

Forældre/barn hold forstætter indtil videre som hidtil, hold dog øje, der kommer muligvis ny udmelding.

Følgende **voksenhold fortsætter**, dog i henhold til de udmeldte restriktioner:

Blandet kondi, Floorball, Fit Challenge, Walk and talk – der vil komme særskilt info til jer.

Følgende **mul-10-hold fortsætter**:

Puls/styrke, Hop/shop og Pilates. Det er efter først til mølle princippet på dagen, så står der 9 foran en i køen, kan man lige så godt vende om og gå hjem. Der må MAX være 10 i træningssalen inklusive instruktøren.

Følgende **voksenhold/mul-10-hold holder pause** indtil videre indtil d. 22.11.20:

Pardans, Step, Zumba, og Yoga

OBS

Der er krav om, at alle fra og med 12 år bærer mundbind, når man går ind i hallen, og har det på indtil man kommer ind i omklædningsrum/træningsstedet man skal være. Dette gælder naturligvis også når I forlader træningsstedet/omklædningsrummet. Vi vil fortsat anbefale, at I klæder om hjemmefra.

HUSK:

- at spritte hænder når du går ind i hallen samt før og efter træning
- at holde 2 meters afstand
- at blive hjemme ved sygdom, og ved symptomer på COVID-19. Det gælder ALLE; gymnaster, trænere og forældre m.m.

Vi gør opmærksom på, at **forsamlingsforbuddet** på 10 personer naturligvis også gælder jer forældre ifm. aflevering og afhentning af jeres barn, samt jer der venter i hallen på jeres barn, der er inde til gymnastik. Til de ventende forældre - Fordel jer rundt i hallen, hvis det overhovedet er nødvendigt at vente dernede under dit barns træning.

For børnehold tirsdage, onsdage og torsdage frem til kl. 18.00 har det været brugt, at børnene klæder om i hal 1, og at forældrene har opholdt sig der imens barnet er til gymnastik. Dette har Hauge Håndbold frabedt sig, da de ellers ikke kan overholde samme restriktioner som vi alle nu er pålagt, og de retningslinier som de kører med. Hal 1 kan derfor heller ikke bruges som udgang fra gymnastiksalen.

Åbent springcenter d. 08.11.20 afvikles som planlagt, dog i henhold til de udmeldte restriktioner.

Junior piger og junior drenges weekend træning i Dejbjerglund/Holing d. 14.-15.11.20 afvikles som planlagt, dog i henhold til de udmeldte restriktioner. I vil få særskilt mail fra kontaktpersonerne på holdene.

Der udsendes særskilt mail igen til hovedlederne vedr. rengøring.

Lad os stå sammen om at holde Coronaen for døren ved at leve op til de nye restriktioner, selvom alt lige bliver en smule mere bøvlet end forventet. Men som nævnt øverst var alternativet måske slet ingen gymnastik, og det ønsker vi trods alt IKKE.

Er der spørgsmål til ovenstående, er I naturligvis velkommen til at kontakte den fra bestyrelsen, som er kontaktperson på dit hold. Dette fremgår på vores hjemmeside: www.gjellerupsdr.dk