

## Håndboldskole 2020 – Corona retningslinjer.

Håndboldskolen 2020 vil blive afviklet i overensstemmelse med de retningslinjer, der er meldt ud af HØJ Håndbold. Det betyder konkret, at nedenstående tiltag vil blive taget og forventes overholdt af alle. Håndboldskolen sikrer, at der er sprit tilgængeligt i hallerne.

- Alle deltagere møder omklædt, da der som udgangspunkt ikke er adgang til omklædningsrummene. Det betyder også, at der IKKE er mulighed for at gå i bad, når dagen er omme. Der vil dog være mulighed for at skifte til en frisk t-shirt i løbet af dagen, hvis der er behov herfor.
- Der sprittes hænder, når man ankommer til hallerne, og der sprittes hænder, når man forlader hallerne.
- Der sprittes hænder før og efter hvert træningspas. Der sprittes også hænder ifm. drikkepauser.
- Træningerne er ikke færdigplanlagt, men vil indeholde mange individuelle- og parøvelser, der vil også være øvelser, hvor flere er sammen, ligesom der spilles kamp.
- Remedier, der anvendes, afsprittes minimum to gange om dagen.

Hvis man har symptomer på Corona eller føler sig sløj, skal man naturligvis blive hjemme og melde afbud, ligesom alle forventes generelt at leve op til anbefalingerne om god håndhygiejne, undgår at hoste eller nyse i hænderne samt undgår kram, håndtryk m.v.