



Brande Taekwondo Klub

Coronavirus (COVID-19)
Retningslinjer



Kære alle,

Vi har nedenfor samlet alle vores Covid-19 retningslinjer og sat flere detaljer på, så det er så klart som muligt, hvordan man skal forholde sig, når man besøger Huk-tti. Vi beder alle om at læse dem grundigt igennem, så vi kan hjælpe hinanden med at holde Huk-tti Corona-fri.

Covid-19 retningslinjer for Huk-tti - opdaterede!

Vi beder alle medlemmer og deres familier om at huske på samt respektere følgende retningslinjer, når man besøger klubben.

Sygdom generelt:

- Er man syg må man ikke møde op i klubben - det gælder alle potentielt smitsomme sygdomme.
- Er man i tvivl om hvorvidt ens symptomer smitter, skal man blive hjemme!
- Når man har været symptomfri i 48 timer, er man velkommen igen.
- Der gælder andre restriktioner ift Covid-19; se yderligere:

Nær kontakt med en Covid-19 smittet:

- Er man, eller har man været i nær kontakt med en smittet, har man karantæne fra klubben i minimum 7 dage, fra sidste kontakt med den smittede.
- Udvikler man symptomer i denne periode, så forlænges karantænen til 7 dage fra ens symptomer ophører.
- Ved kontakt til en smittet, skal man ydermere kunne fremvise en negativ Covid-19 test, der er udført tidligst 72 timer efter sidste kontakt med den smittede/eller symptom ophør.
- Med nær kontakt menes eksempelvis familie, klassekammerater, kollegaer eller klub/hold kammerater.

Ved symptomer på Covid-19:

- Har man symptomer på Covid-19 skal man blive hjemme - også ved milde symptomer.
- Man er velkommen i klubben igen, så snart man har været symptomfri i en uge samt kan fremvise en negativ Covid-19 test foretaget tidligst 72 timer efter symptomerne er ophørt.

Er du selv konstateret smittet med Covid-19:

- Står du selv med en positiv Covid-19 test, har du karantæne fra klubben indtil 7 dage efter sidste symptom.
- Man skal kunne fremvise en negativ Covid-19 test, foretaget tidligst 72 timer efter sidste symptom.

Forældre i Huk-tti:

- Forældre bedes undlade at stå i entréen - ønsker man at vente på sit barn inden døre, er man velkommen til at benytte klublokalet.
- Bemærk retningslinjerne for "klubben generelt" samt "Klublokalet".

Klubben generelt:

- Håndsprit skal benyttes når man træder ind i entréen, uanset om man blot afleverer/henter sit barn, selv deltager i træningen eller vælger at vente i klublokalet.
- Der skal bæres mundbind, fra det øjeblik man træder ind ad hoveddøren, til man forlader klubben igen.
- Børn under 12 år er undtaget kravet om mundbind.
- Der bæres ikke mundbind af elever fra 12 år og trænere i træningssalen/omklædningsrummet og under idrætten.
- Elever på begynder/børneholdet bedes møde omklædt, da vi i øjeblikket ikke kan tilbyde omklædningsfaciliteter til alle elever.

OBS: Dette betyder, at elever over 12 år på begynder/børneholdet, skal bære mundbind, fra de kommer ind ad hoveddøren og indtil de er i træningssalen. Vi er klar over at dette kan virke ekstremt pga den korte tid, men vi er



Brande Taekwondo Klub

Coronavirus (COVID-19)
Retningslinjer



nødt til at følge de landsdækkende krav om mundbind. Vi anbefaler, at I sender en pose med børnene med navn på, som de kan lægge deres mundbind i under træningen.

- Ingen håndtryk, kram osv - fysisk kontakt skal begrænses.

Klublokalet:

- Der må max være 10 personer til stede ad gangen i vores klublokale

- Der skal bæres mundbind i klublokalet, medmindre man sidder ned.

Øvet/Voksenhold:

- Forsamlingsforbudet på 10 personer er gældende - inklusiv trænere.

- Alle elever på øvet/voksenhold skal tilmelde sig træning fra uge til uge på

<https://huk-tti-brande.dk/Holdtilmelding>

- Der kan bookes max én træning pr. uge, medmindre der er ledige pladser 24 timer før træningen begynder, på en af de øvrige træninger.

- Retningslinjerne her er for at sikre at alle elever på øvet/voksenhold kan deltage i minimum én træning hver uge.

Udøvere:

- Håndsprit skal bruges, når man træder ind og ud i dojangen (trænings salen).

- Hvis muligt, skal der holdes 2 meters afstand ved fysiske anstrengelser.

- Kropskontakt er tilladt, men tiden skal minimeres.

- Kihap (kampråb) skal undgås eller reduceres kraftigt.

Sikkerheden i Huk-tti ligger som højeste prioritet, og det vil fremadrettet have konsekvenser for det enkelte medlem, såfremt vores retningslinjer ikke overholdes.

Den enkelte træner, hjælpetræner eller et tilstedeværende bestyrelsesmedlem har til hver en tid lov, til at indskærpe reglerne over for de tilstedeværende, og om nødvendigt, bede elever eller forældre om at forlade Huk-tti.

Sendes et barn hjem, og forældrene ikke er tilstede, vil forældrene blive ringet op og barnet blive bedt om at vente i entréen. Vi sender ikke børn hjem alene under 15 år, uden forudgående aftale med forældrene.

Overtrædes retningslinjerne, vil det yderligere meddeles bestyrelsen, der vil beslutte, om overtrædelsen skal resultere i en bortvisning fra klubben.

Er man det mindste i tvivl om, hvordan man skal forstå vores retningslinjer, så spørg hellere en gang for meget, end en gang for lidt.

Vi vil nødig ende med at lukke helt eller delvist ned her i vinterhalvåret, så hjælp os med at holde Huk-tti Covid-19 fri!

Tak for jeres forståelse og opbakning!