



# MANDALS TURNFORENING

STIFTET 13.11.1886

TILSLUTTET: NORGES GYMNASSTIKK- OG TURNFORBUND - NORGES IDRETTSFORBUND  
VEST-AGDER GYMNASSTIKK- OG TURNKRETS – VEST-AGDER IDRETTSKRETS

Samhold, Kvalitet og Glede



20.05.2020

## 5. Viktig info om tiltak iht covid-19 i Mandals Turnforening

– Innfasing av aktivitet og videre Corona smitte tiltak.

Kjære medlem!

Samfunnet starter så smått å fase inn aktivitet igjen. Mange av tiltakene som ble innført er nå delvis lettet. Utfordringen for oss er å balansere oss frem med gode smitteverntiltak, samtidig som vi gradvis skal tenke åpning, tilbakeføring og normalisering. Vi skal ikke komme til skad for å gjøre noe som utsetter våre medlemmer, trenere og frivillige for fare. Alle deler av samfunnet har sine helt spesielle utfordringer her, og vi må respektere at det vil bli ulik grad av tiltak både i kultur, arbeid og ikke minst idretten.

Mandals Turnforening driver inne idrett med mye nærkontakt, bruk av utstyr og i gamle bygg. Dette skiller oss fra de fleste andre idrettene i Mandal. Vi støtter opp under Norges Gymnastikk- og Turnforbund (NGTF), helsemyndighetenes og Norges Idrettsforbund (NIF) sitt arbeid for å hindre spredning av koronaviruset og har her laget vår versjon av koronaretningslinjene som er gitt.

Det er den enkelte forening sitt ansvar å sikre at aktiviteten man tenker å igangsette er innenfor retningslinjene, og avklare hvem som skal kunne få lov til å trene i hall. Det er anleggseiers ansvar å avgjøre, ut fra smittevernhensyn, om et anlegg skal åpnes eller ikke. Mandals Turnforening eier eget anlegg.

Styret i Mandals Turnforening har nøye vurdert hvordan vi kan komme i gang. Og konklusjonen er som følger:

- **Småbarn og åpne partier** har normalt trening frem til 17.mai. og vil derfor ikke komme i gang igjen før uke 35. Informasjon om innmelding til nytt år kommer i egen mail når det er klart.
- **Konkurransesegrene** vil fases inn med en kombinasjon av utetreninger og trening i hallen etter strenge retningslinjer fra 25.05. Disse benytter inngang mellom hallene, og har da kun tilgang på RG/Apparathallen.
- **Voksen- og seniorpartiene** vil kunne trene i sal etter strenge retningslinjer fra 25.05. Vi må ta forbehold om at trener faktisk kan møte i hallen (er utenfor risikozonen). Derfor kan det være at vi ikke klarer å starte opp trening for alle partiene med det første. Vi ber om forståelse for dette.

**Følgende retningslinjer gjelder for alle frem til annet kommuniseres ut.:**

**Hvem er velkommen i hallen?:** Alle medlemmer som skal trene er velkommen inn. Foreldre holder seg ute. Har du symptomer på covid-19, influensa eller luftveisplager holder du deg hjemme.

**Inngang:** Se illustrasjon under. Voksne/seniorer og sportsdrill bruker hovedinngangen i Gamlehallen. Konkurransespartiene går inn mellom hallene og har kun tilgang til RG/Apparathallen.







# MANDALS TURNFORENING

STIFTET 13.11.1886

TILSLUTTET: NORGES GYMNASTIKK- OG TURNFORBUND - NORGES IDRETTSFORBUND  
VEST-AGDER GYMNASTIKK- OG TURNKRETS – VEST-AGDER IDRETTSKRETS



## Samhold, Kvalitet og Glede

### Spesifikke retningslinjer for konkurransegrenene

- Alle trenere får egen nøkkel til døren inn i gangen mellom hallene. Trener holder døren for alle gymnastene så antallet berøringer begrenses til det minimale.
- Hver utøver må foreta grundig håndvask / hånddesinfeksjon før og etter bruk av apparater
- Aktiviteten bør utøves på en forsiktig og skånsom måte for å unngå skader
- Sikring med hensikt å unngå skader kan utføres
- Innenfor en treningsgruppe kan man rotere i apparatene
- Utøvere må ha personlig pose med magnesium. Trener deler ut på første trening.
- Annet personlig utstyr som drikkeflaske, håndkle, turnsokker, yogamatte, RG apparater etc. skal ikke håndteres av andre. Tas med hjem etter hver trening og desinfiseres.
- Apparater og utstyr skal rengjøres / desinfiseres så godt som mulig etter bruk. Trenerne dele ut soner til gymnastene de rengjør med ren klut som de har med hjemme i fra. Trener har såpe vann.
- Gropen kan brukes med landingsmatte / overflate som er vaskbar.
- Grop med skumklosser skal ikke benyttes!
- Det anbefales å bruke personlige redskaper/utstyr der det er aktuelt. Dette utstyret skal vaskes før og etter trening
- Gymnastene skal bruke egen yogamatte/treningsmatte til styrke og uttøying. Den kan lånes og tas med hjem til perioden er over.
- Trener skal dusje alle vaskbare overflater, som har vært i bruk under trening, med utblandet såpevann. Det vil pumpekanne med såpevann tilgjengelig i alle hallene til dette.
- Trener er siste mann ut av hallen og tørker av håndtakene på vei ut og låser dørene.
- Trener sørger for at alle gymnaster et ute av anlegget på det stridspunktet som vises i hall planen. Dette for å unngå at gruppen som har trent kommer i kontakt med de som skal starte neste trening.



**LANDSKAPS-  
ENTREPRENØRENE**



**SPORT  
Mandal**

**SPAREBANKEN SØR**

**Lindesnes**



**RENO CARE NO**

**APTUM**



**HENNIG  
OLSEN**

**MENY**

**BDO**

**ALTI**



**Egeland Rør**

**FARGERIKE  
Mandal**

**FRYDENBØ**



**Hr.Redaktør!**

ADVOKAT  
**Harald Eriksen**

**ALT I DATA**

**DIGI design**

**exbo**  
etoidemengling

**Hageland**