



# MANDALS TURNFORENING

STIFTET 13.11.1886

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



## Samhold, Kvalitet og Gleder

23.10.2020

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

– Aktivitet og videre Corona smitte tiltak.

Kjære medlem!

Samfunnet kommer stadig videre i å fase inn aktivitet igjen. Ute i verden herjer Covid-19 fremdeles. Og inntil vi har en full vaksinerings av befolkningen vil vi i Norge ha behov for et strengt smittevern. Vi må forvente at dette kan ta 2 år. Mange av tiltakene som ble innført er nå helt eller delvis lettet. Utfordringen for idretten er å balansere oss frem med gode smitteverntiltak, samtidig som vi opprettholder aktiviteten og går mot en normalisering. Vi skal ikke komme til skade for å gjøre noe som utsetter våre medlemmer, trenere og frivillige for fare.

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 benyttes eller ikke. Mandals Turnforening eier eget anlegg.

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

Basert på erfaringen om at alle følger våre rutiner og smittevern er status per i dag.

- **Småbarn og åpne partier** er i gang med enkelt begrensinger på antall. Benytter ikke garderobes.
- **Konkurransesegrene** er i full aktivitet i kohorter, med mottak, samlinger og konkurranser. Benytter ikke garderobes.
- **Voksen- og seniorpartiene** er i fullgang med deling av grupper større enn 20 personer. De får benytte garderobes, dusj og badstue.



LANDSKAPS-  
ENTREPRENØRENE



SPORT  
Mandal

SPAREBANKEN SØR

Lindesnes



RENO CARE NO

APTUM



HENNIG  
OLSEN  
EST. 1924

MENY

BDO

ALTI

Egeland Rør

FARGERIKE  
Mandal

FRYDENBØ



Hr.Redaktør!

ADVOKAT  
Harald Eriksen

ALT DATA

DIGI design

exbo

Hageland



# 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

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

**Hvem er velkommen i hallen?:** Alle medlemmer som gjennomføre planlagt trening er velkommen inn. Foreldre/foresatte skal holde seg ute. Har du symptomer på covid-19, influensa eller luftveisplager holder du deg hjemme. 1 meters regel gjelder heletiden over alt! (eneste unntak er mottak under trening og konkurranse)

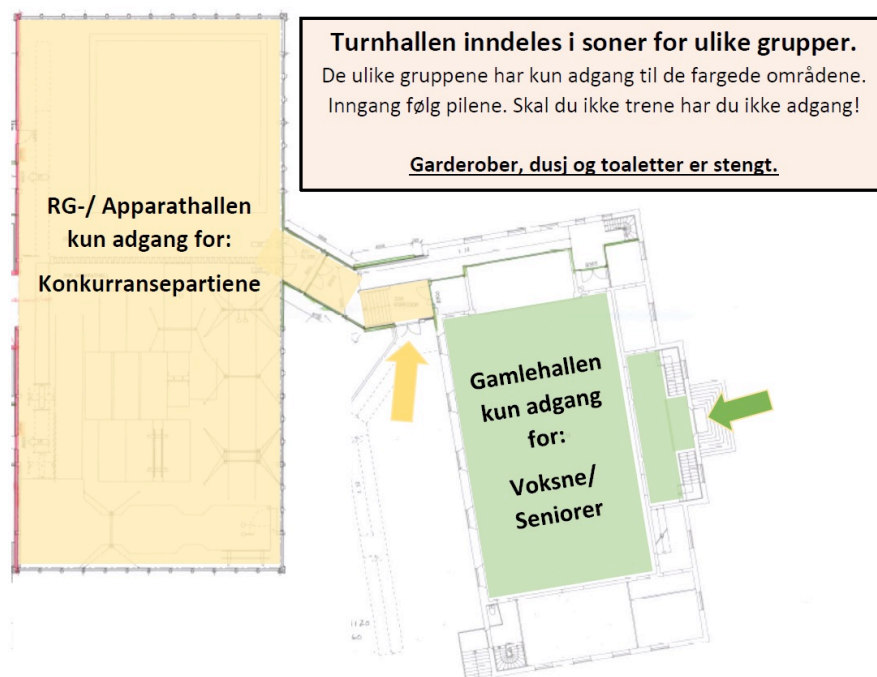
**Registrering av alle besøkende:** Alle som entrer anlegget vår skal skrive seg inn i besøks loggen med fullt navn og telefonnummer. Dette med tanke på smittesporing ved et eventuelt lokalt utbrudd.

**Inngang:** Se illustrasjon under. Voksne/seniorer er i all hovedsak i Gamlehallen og benytter inngang i kjeller og hovedinngang. Barn og ungdom går inn i «tuben» mellom hallene og har kun tilgang til RG/Apparathallen.

**Garderobe, dusj og toalett?:** Vi begrenser all bruk av sanitær områder, dvs. garderober, dusj og toalett vil kun være tilgjengelig for voksne og seniorer. Alle andre oppfordres til å gå på do hjemme før trening og dusj hjemme.

**Hygiene:** Du finner desinfiseringsvæske (OXYL) innenfor våre inngangsdører. En dose fordeles godt utover hendene og mellom fingene før du entrer hallen.

**Personlig utstyr:** Ha med egen yoga matte (kan lånes i perioden) og vannflaske/håndvekt til styrketrening.



LANDSKAPS-  
ENTREPRENØRENE

Lindesnes



RENOCARE NO



SPORT  
Mandal

SPAREBANKEN SØR

APTUM



HENNIG  
OLSEN



Egeland Rør

FARGERIKE  
Mandal

FRYDENBØ



Hr.Redaktør!

ADVOKAT  
Harald Eriksen

ALT DATA

DIGI design

exbo

Hageland



# 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 småbarn-, barne- og ungdomsaktiviteten

- Nøkkelen til døren inn i gangen mellom hallene ligger i egen nøkkelbok på utsiden. Trener holder døren for alle gymnastene så antallet berøringer begrenses til det minimale. Døren skal ellers holdes lukket!
- Hver utøver må foreta grundig hånddesinfeksjon ved inngang i hallen
- Aktiviteten bør utøves på en forsiktig og skånsom måte for å unngå skader
- Sikring med hensikt for å unngå skader kan utføres
- Innenfor en treningsgruppe kan man rotere i apparatene
- Utøvere må ha personlig pose med magnesium.
- 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 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 på havtrykks sprøyte.
- 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
- Trener er siste mann ut av hallen og tørker av håndtakene med Oxyl på vei ut og låser dørene.
- Trener sørger for at alle gymnaster et ute av anlegget på det tidspunktet som vises i hall planen.

**Det blir bra igjen! Frem til da er vi alle flinke på smittevern og følger alle retningslinjer som gis.  
Mandals Turnforening jobber for samhold, kvalitet og glede!**



**LANDSKAPS-  
ENTREPRENØRENE**



**SPORT  
Mandal**

**SPAREBANKEN SØR**

**Lindesnes**



**RENOCARE NO**

**APTUM**



**HENNIG  
OLSEN**



**Egeland Rør**

**FARGERIKE  
Mandal**

**FRYDENBØ**



**Hr.Redaktør!**

ADVOKAT  
**Harald Eriksen**

**ALT DATA**

**DIGI design**

**exbo**

**Hageland**