# Retningslinjer for indendørstræning

Det er med længe venten, at vi nu kan åbne op for indendørs træning for alle unge. Dette vil sige, at allerede fra i morgen kl. 17.00 vil alle hold for unge under 18 år træne indendørs igen.

Alle holdene vil blive afholdt på de normale tidspunkter, som vi kan huske fra før nedlukningen. Dog vil hvert hold stadig slutte 10 min før normalt. Dette er for at sikre, at der ikke samles for mange personer mellem træningerne.

Der vil være et forsamlingsloft på 25 personer inklusiv instruktører. Dette skal vi som instruktører nok sørge for bliver overholdt. Vi er jo så heldige, at vi altid kan dele dem op, så vi også har et hold i den lille dojo.

Der skal ikke kunne fremvises et coronapas før træning, heller ikke fra instruktørernes side.

Vi skal huske først at komme ind i klubben så tæt på træningsstart som muligt. Derfor opfordrer vi også til at alle klæder om hjemmefra.

Husk at medbringe egne drikkedunke, da klubbens køkken vil være lukket.

Før og efter træning, må der kun forsamles 10 personer. Hvis der er flere end 10 personer, må man fordele sig rundt i henholdsvis opholdsstuen, pladsen udenfor den store dojo og den lille dojo.

Vi kan desværre ikke lukke forældre ind. Derfor opfordres i til at vente udenfor. Der er mange forældre, som det sidste stykke tid, har løbet en tur, gået en tur med hunden, været inde og handle osv. Blot til inspiration til jer forældre :)

De voksne vil fortsat træne udendørs kl. 17.00-18.00 mandag og onsdag. De kan forhåbenligt komme indenfor fra d. 6. maj.

Vi glæder os til at se alle unge i gi og i klubbens lokaler allerede fra i morgen.

Skulle der være nogle spørgsmål til retningslinjerne eller andet, er i meget velkomne til at sende mig en mail på tobias@aalborgkarateskole.dk.

Vi glæder os til at se jer alle til træning igen.

Osu

Aalborg Karate Skole