



Pravidla pro cvičení v sokolovně od 3. 12. 2020 do odvolání

Zpracováno na základě Pravidel pro dílčí rozvolnění protiepidemických opatření a Matice PES pro sportovní aktivity.

Od čtvrtka 3. 12. 2020 lze v sokolovně cvičit za dodržení následujících podmínek:

- 1) Cvičitel/trenér podepíše čestné prohlášení o seznámení s pravidly.
- 2) Cvičení se mohou zúčastnit pouze zdraví jedinci, bez příznaků virového infekčního onemocnění (např. horečka, kašel, dušnost, náhlá ztráta chuti a čichu apod.).
- 3) Vstup do sokolovny je možný pouze pro cvičence, cvičitele a trenéry.
- 4) Společně je umožněno cvičit/sportovat max. 10 osobám z jedné skupiny (dlouhodobě společně se připravujících se sportovců)
- 5) Je povinnost mít zakrytá ústa a nos rouškou. **(i při sportu)**
- 6) U vchodu všichni použijí dezinfekci na ruce.
- 7) Šatny a sprchy používat za dodržení režimových opatření.
- 8) Na WC smí pouze vždy jeden cvičenec, u vstupu použije dezinfekci na ruce.
- 9) Do nářadovny vstupuje pouze cvičitel/trenér.
- 10) Na konci hodiny dezinfekcí ošetřit všechny předměty či pomůcky, které byly v hodině použity (nářadí, náčiní, magnetofon apod.), či kterých se cvičenci dotýkali (např. kliky u dveří, vypínače) a vyvětrat – zodpovídá cvičitel/trenér, dezinfekce je připravena v nářadovně.
- 11) Pokud je to možné, používají cvičenci vlastní nářadí či náčiní (raketu, podložku na cvičení apod.).
- 12) Mezi sportovci musí být zachována potřebná vzdálenost nejméně 2 metry (je zákaz fyzické interakce).
- 13) Cvičitel/trenér vede evidenci přítomných na každé hodině.

Posilovna pro veřejnost dočasně uzavřena.

Podmínky jsou to nelehké a každému cvičiteli/trenérovi přidělají spoustu starostí nad rámec jeho standardní činnosti. Porušování těchto pravidel bude mít jediný důsledek – okamžité zrušení cvičební hodiny, kde k porušování bude docházet. Prosíme proto o důsledné dodržování pravidel.

Všem přejeme zdravý rozum i tělo a krásný advent!

V Nasavrkách 8. 12. 2020

R. Bureš
starosta T. J.



O. Pavlík
jednatel T. J.

