

Midlertidige regler for ophold i roklubben fra mandag d. 26/10 og fire uger frem.

Fredag annoncerede statsministeren nye restriktioner, som rammer foreningslivet hårdt. Forsamlingsforbuddet sænkes blandt andet til 10 personer fra mandag d. 26/10 og fire uger frem. Børn og unge fritages for det sænkede forsamlingsforbud. For børn og unge under 21 år fastholdes forsamlingsforbuddet på 50 personer inkl. evt. ansvarlige personer, som er ældre end 21. Derudover er der indført krav om mundbind alle offentligt tilgængelige steder indendørs. Det gælder også idrætsfaciliteter - dog ikke under selve idrætsaktiviteten. Kravet om mundbind gælder fra torsdag d. 29/10 og fire uger frem. Hvem er undtaget for anbefalingerne om brug af mundbind: Personer som har betydeligt ubehag ved brug af mundbind, fx personer med vejrtrækningsbesvær.

Som det tidligere er blevet meddelt, følger vi i klubben DIFs regler, og følgende er derfor gældende for træning og ophold i klubben:

1. **Det er ikke tilladt at arrangere eller deltage i sociale aktiviteter i klubben, heller ikke før eller efter træning.** Om dette nu gælder helt frem til d. 2. januar må vi finde ud af. Trist for os alle, der kender roklubbens hyggelige stunder. Bestyrelsen følger udmeldinger om dette tæt.
2. **Klæd om og bad så vidt muligt hjemme** (da der vil være mundbindes krav fra torsdag den 29.10.20)
3. **Ro-ergometrene må ikke flyttes ud af lokalerne.** Undtagelsesvis ved træning udenfor, efter brug sættes de tilbage på helt samme plads.
4. **Husk grundig rengøring af maskinerne og udluftning efter træning.**
5. **Træn med de samme personer.** Og husk højst 10 personer i hver træningsrum, hvor: Rum nr. 1 = Ergometerrummet (port 6), Rum nr. 2 = bådhallen bag port 4, Rum nr. 3 = Bådhaler bag port 3 og 4.

HUSK: Bliv hjemme, hvis du har symptomer eller været udsat for smitte, dette gælder alle aldersgrupper.

Kilder: DIF, SST, andre roklubber samt lidt sund fornuft.

Hilsen Bestyrelsen for Fredensborg Roklub.