

## **SMITTEVERN FOR SVØMMESKOLE SOLA SVØMMEKLUBB.**

Sola Svømmeklubb starter svømmeskolen uke 36 (bli kjent dager første uken). Vill i vann og AquaGym starter opp uke 43 på onsdager i Solahallen.

De aktive svømmerne har ordinær trening fom 17. august, etter treningstider som er oppgitt i Aktiv Kommune.

**Informasjonen nedenfor er gitt ut ifra nåværende retningslinjer, og det kan bli endringer utover høsten.**

**Overordnet ansvar: Tone Flikkerud.**

Hovedansvarlig for svømmeskole er Renate Heimark. Hun er også hallansvarlig i Dysjalandhallen. Ilaria Maria Scolletta er hallansvarlig i Solahallen og Hege Bjelland i Tanangerhallen.

Hovedtrener, Håkon Henne, er ansvarlig for svømmetrening for de aktive svømmere, sammen med Ilaria Maria Scolletta.

Hall/dager	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
Sola	17-21		19-21	17-21		
Tananger		17-21	17-21		17-19	13-18
Dysjaland				17-21*		

\*Bassenget deles med stuping. Smitteverntiltak koordineres ved Renate Heimark.

Instruktørene på svømmeskolen kan være i vannet med barna siden barna er under 20 år. De kan ha fysisk kontakt med barna når det er nødvendig for opplæringen.

Alle instruktører er sertifiserte instruktører. De som er svømmehallansvarlige er godkjente livreddere.

Forutsetningen for å få gjennomføre svømmeskole og trening for de aktive er at foresatte og alle instruktører leser gjennom og forholder seg til veilederen fra FHI/Sola Kommune, samt SSK Retningslinjer for svømmeskole og aktive svømmere høsten 2020.

Retningslinjer og smittevern erklæring er lagt ut på klubbens hjemmeside sammen med invitasjon til svømmeaktiviteter. De aktive utøverne, samt instruktørene får detaljert info pr mail.

Foresatte må signere for å ha lest retningslinjer/erklæring og levere denne første dag på svømmeskole. Det vil bli arrangert en «Åpen Svømmehall», for å bli kjent før kurs. De som ønsker å være med på dette tar med smittevernerklæring til den aktuelle hallen.

Utøvere som er nye, eller som ikke har trent under pandemien må også signere.

Sola svømmeklubb vil ha økt bemanning for å ivareta smittevern tiltak. Før oppstart må alle instruktører være med på møte, der plan for gjennomføring blir gjennomgått og alle signerer erklæring. Ansvarlig for møtet er Renate og Tone.

Vi benytter materiellet som er laget av FHI/NSF til garderober og andre fellesrom.

Mobiltelefoner skal kun brukes ved nødstilfeller. Svømmeskoleansvarlig / trener for den enkelte gruppe skal ha tlf tilgjengelig, men ikke ligge fremme. Håndvask skal alltid skje etter eventuelt bruk av telefon.

### **Svømmehall**

Det kan være max 20 svømmere pr svømmegruppe, fordelt på faste baner.

Svømmehallansvarlig vil ha gjennomgang av smittevernregler for hver gruppe.

Max 5 i dusjen. Vi har en smittevernansvarlig som koordinerer dusjing i hver garderobe, vasker ihht avtale og påser at retningslinjer følges:

- Annenhver dusj er stengt.
- Dusj, toalett, vask og garderober skal vaskes mellom hver gruppe.
- Alle utøvere og instruktører skal bruke badesko eller tilsvarende i garderobe/svømmehall.

### **Fremmøte**

- Fremmøte 10 min før trening. Følg henvisning om å holde avstand.
- Vi fører fremmøte i Tryggivann.
- Foresatte kan ikke være med inn i svømmehall/garderobe.
- Foresatte må gi beskjed til svømmeskoleansvarlig dersom de ikke kommer, og må oppgi om det er pga sykdom.

### **Smittevernutstyr:**

- Antibac vil være tilgjengelig der håndvask ikke er mulig. Vi setter en pumpeflaske i svømmehall. Det henger også en ved hovedinngang.
- Vi bruker desinfiserende spray for vask av håndtak, kraner ved vask/dusj. Renholdspray brukes til vask øvrige flater.
- Vi har Antibac gulvkluter (ved eventuelt store mengder spytt og oppkast).

Det er utnevnt smittevernansvarlig for henholdsvis dame-og herregarderobe i alle hallene.

Reviderte retningslinjer er godkjent av styret i Sola Svømmeklubb 21.08.2020