



# Rutine for «venting inne» før trening

Vinteren nærmer seg, og fortsatt forventer vi at spillerne møter opp så nære oppsatt treningstid som mulig. Hvis uteforhold gjør det umulig å vente ute, skal spillerne gå direkte til anvist garderobe og vente der til hallen er klar. **Spillerne må fortsatt vente ute på trener/lagerleder, før de kan gå inn i garderoben.** Husk håndhygiene og 1-meters avstand!

Når hall er varslet klar for trening, skal spillerne gå rett inn i hallen for å starte treningen. Etter endt trening skal spillerne enten gå rett ut til hovedinngang eller tilbake i garderobe og deretter forlate bygget så raskt som mulig. **Trener/lagleder har ansvar for å vaske berøringspunkter i garderobe når spillere har gått ut.**

## Fordeling av garderober:

Sveberghallen		2020-2021					Rammetid: Skoleruta	
TID	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	
16.00-17.00	1 J2007	1 G2008	1 J2008 (1/5) /G2009	2 1 G2007	1 G2010	Kamp	Kamp	
17.00-18.00	2 J2008	2 G2007	3 J2007	2 J/G2013	2 J2006		HIL	
18.00-19.00	3 G2009 /G2010	3 J2006 /J2009	4 1 G/J2014	4 J/G2012	1			
19.00-20.00	BASIS	1	3 G2006	2 G2008 (1/3) /J2010	3 G2005		HIL	
20.00-21.00		VHK	2 G2005 /G2005/VHK	4 J2009 /J2009/VHK				
21.00-22.00	1 VHK	2	VHK	1	1 VHK		Kamp	

**Minner om at det er et felles ansvar at alle følger rutinene som innføres!**

Gyldig fra uke 45.

Med hilsen, Styret i  
Vikhammer håndball