



Retningslinjer for trening i HJSK med restriksjoner grunnet Koronavirus.

I en periode med strenge restriksjoner for organisert idrett grunnet Korona virus har HJSK utarbeidet følgende retningslinjer for aktivitet. Disse retningslinjene er i tråd med anbefalinger fra Folkehelseinstituttet, Norges Idrettsforbund og Norges Motorsport Forbund.

1. Bruk av klubbhuset, fasiliteter og utstyr.

- All aktivitet i og rundt klubbhuset skal foregå etter FHI sine retningslinjer om 1 meter avstand til hverandre.
- **Sikkerhetsleder** åpner og lukker nøstet. Engangshansker og Antibac står rett innenfor inngangsdøren.
- Engangshansker, munnbind og Antibac til utøvere/foresatte ligger i boks rett innenfor rulleport.
- Brukte engangshansker skal kastes i lukket kontainer **utenfor** klubbhuset.
- Utøver skal kun være i berøring av eget utstyr.
- Garderober, dusjer og toaletter er stengt og kan ikke benyttes.
- Alt personlig utstyr (drakt, vest, hjelm, hansker o.l.) må tas med etter trening og oppbevares hjemme.
- Maksimalt antall personer samtidig er 20.
- Lån av klubbjetter i Koronaperioden er mulig. Disse må vaskes før og etter bruk med vann og såpe som ligger tilgjengelig i klubbhøstet.
- Kontrollpanel på lift, vannkraner o.l. må rengjøres/desinfiseres før og etter bruk.
- Parkering skal heretter fortrinnsvis gjøre på offentlig parkeringsplass ved Hjeltestadveien.

2. Aktivitet til og fra klubbhuset og i banen.

- Jetter må plasseres på lift slik at vi ivaretar 1 meters regelen.
- 1 meters regel skal opprettholdes også i jetskibanen.
- Aktivitet i jetskibanen skal være av en karakter som minimaliserer muligheten for skader. Ingen racing som medfører nærkontakt.

3. Bruk av klubbått.

- All bruk av klubbått skal foregå med engangshansker. (NB hanskene må desinfiseres når de er tatt på før noe berøres). Det anbefales også bruk av visir/vernebriller.
- Kontaktflater i båten skal rengjøres/desinfiseres før og etter bruk (ratt, gir/gass, bensintank).

4. Uhell/uønskede hendelser.

- Ved en hendelse der en fører er skadet skal treningen umiddelbart avsluttes.
- Hvis en skadet person må tas inn i båten skal den av personene i båten som berører denne skadet person desinfisere seg på nytt før noe annet blir berørt. Nye hansker, munnbind og desinfiseringsvæske vil ligge i en boks i klubbhuset og må tas med i båten ved hver trening. Sikkerhetsleder har ansvaret for dette.