



Instruks for treningskvelder 2020

Hensikt: ivareta pålagte smittevernrutiner ifm COVID-19

Gjelder fra 07.mai 2020 og inntil annet blir bestemt.

1. Den som på styrets oversikt har ansvar for treningskvelder er også ansvarlig for at følgende regler overholdes.
2. Det skal overholdes en avstand på minimum 1 meter mellom personer. Unntak er personer i samme husstand.
3. Ansvarlig skal føre navneliste over hvem som har deltatt på trening. Dette er et pålegg for å kunne ha mulighet til smittesporing. Etter trening legges navneliste i postkasse på laderom (dropbox til styret).
4. Omkledding skal ikke foregå på standplass eller forsamlingsrom, men skal foregå utendørs.
5. Før man går inn på standplass, og etter man er ferdig med trening, skal hender desinfiseres grundig med håndsprit.
6. Hver skytter må medbringe sitt eget liggeunderlag, teppe eller lignende til bruk på standplass.
7. Det skal være 1 skive opphold mellom hver skytter, det vil si at bare annen hver skive skal benyttes. Dersom det blir flere som skal trene enn det som det er kapasitet til må man vente ute til det blir ledig plass.
8. Etter skyting skal ansvarlig påse at skytter egenvisiterer våpen. Kammerflagg skal som vanlig brukes, evt sluttstykke tas ut av våpen. Skytter skal selv desinfisere monitor og andre berøringspunkter etter seg.
9. Når alle skyttere er ferdig med trening, skal ansvarlig desinfisere felles kontaktpunkter som dørhåndtak, støvsuger osv. I tillegg gjelder selvsagt normale låse/stengerutiner.
10. Felles lagsmateriell som våpen, jakker, hørselvern etc skal ikke benyttes. Våpen/utstyr kan evt lånes på fast basis etter disposisjon fra ungdomsutvalget. Det er heller ikke tillatt å låne ut eget utstyr til andre.
11. Personer som er smittet av korona, sitter i karantene eller har symptomer på luftveisinfeksjon som sår hals, feber, rennende nese eller hoste har ikke anledning til å delta.
12. Personer som ikke er selvhjulpne på standplass har heller ikke anledning til å delta.