

# Uppstart barn- och ungdomsträning BCK

## INFORMATION UTIFRÅN GÄLLANDE SITUATION MED COVID-19

Under rådande coronapandemi vill vi värna om våra medlemmars säkerhet och förhindra spridningen !

Vi följer folkhälsomyndighetens rekommendationer genom bland annat nedanstående förhållningssätt:

- **Minst armlängdsavstånd vid samling**
- **Vid förkylningssymptom skall man inte delta på träning, vare sig ledare eller barn/ungdomar**
- **Nys och hosta i armveck, ej mot någon**
- **Ingen kroppskontakt**
- **Låna inte saker av varandra**
- **Använd alltid handskar**
- **Egen vattenflaska**
- **Tvätta alltid kläder och handskar efter träning**

Till alla er föräldrar som gör fantastiska insatser på våra träningar genom att vara med på cykel eller springande bredvid de minsta barnen:

- Som situationen är nu och med rådande restriktioner kan inte vuxna vara med på träningar i rollen av förälder MEN vi behöver "hjälptränare" som kan stötta i grupperna under träningarna. Anmäl intresse hos respektive ledare. Skogen är stor och ni som brukar vara medcyklande förälder, ta en tur på egen hand så kan du ändå "vara nära" ditt barn.
- Alla barn är individer med olika behov av närhet till sina föräldrar, speciellt i de yngre grupperna. Dialog med ledaren för respektive grupp är av största vikt. Många restriktioner och begränsningar men även möjligheter då vi är utomhus och har stora ytor.
- Vi ser helst att endast EN förälder följer med nya barn/ungdomar till träningen. Allt för att minimera trängsel.

Välkomna till ännu en fantastisk cykelsäsong men med några extra viktiga förhållningssätt.

//Ledarna



## Samlingsplatser 2021

Utifrån rådande situation med Covid-19 har vi beslutat att justera samlingsplatserna för våra ungdomsgrupper. Syftet är givetvis att skapa förutsättningar att kunna hålla avstånd och minimera risken för smittspridning.

På gårdsplanen vid klubbstugan samlar vi de yngsta deltagarna och sprider sedan ut grupperna i "kvarteret" runt Ekorstigen 1 enligt nedan.

