

Kaupungin sisäliikuntapaikkoja aletaan avata 1.6.2020 alkaen. Alfian liikuntakeskus päästään avaamaan heti maanantaina 1.6. Jotta tiloja voidaan käyttää, on seuraavia ohjeistuksia ehdottomasti noudatettava:

Vuorolle saapuminen

- Noudatathan Timmissä olevaa aikataulua.
- Vuoron alkamis- ja päättymisajat tarkoittavat rakennuksessa vietettävää aikaa. Se siis sisältää harjoitukseen tuloajan, liikuntasalissa oloajan, pukutila-ajat ja harjoituksesta poistumisajan.
- Kahden peräkkäisen vuoron vaihtoajankohdassa ei eri ryhmien urheilijoita/liikkujia ole yhtä aikaa. Aiemman vuoron osallistujat poistuvat rakennuksesta ennen kuin seuraavan vuoron osallistujat saavat tulla tiloihin. Jotta kontaktit muihin liikkujiin olisivat mahdollisimman vähäiset, on tärkeää noudattaa aikatauluja tarkoin. Ohjeistathan ryhmäsi jäseniä toimimaan annettujen aikataulujen mukaan.
- Harjoitustiloihin ei saa tulla viettämään aikaa ennen omaa harjoitusajankohtaa eikä siellä vietetä aikaa myöskään harjoitusten päätyttyä.
- Hyvä käytäntö on, että valmentaja/ohjaaja ottaa oman vuoronsa urheilijat/liikkujat vastaan tilojen ulkopuolella ja myös saattaa oman ryhmänsä ulos vuoron päätyttyä. Vastaanottajana/saattajana voi toimia myös ryhmän urheilijan/liikkujan vanhempi. Hän ei voi kuitenkaan jäädä tiloihin, jos tiloissa on jo enimmäishenkilömäärä täyttynyt.

Henkilömäärä liikuntavuorolla

- Henkilömäärä on mitoitettu siten, että jokaisella on oltava vähintään 36 m² tila. Alla on taulukko, jossa on merkittynä, miten monta henkilöä maksimissaan rakennuksessa voi olla.
- Vuorojen vastuuhenkilöiden on huolehdittava siitä, että enimmäismäärä ei ylity sekä liikkuminen aula- ja pukutiloissa ei ruuhkaudu.

	M ²	M ² /hlö	Henkilömäärä
Budo	1074	36	30
Nyrkkeily	366	36	11
Paini	570	36	16
Pingis	553	36	16
Punttisali	313	36	9
Telinev. Harraste	385	36	11
Telinev. Kilpa	960	36	27

Hygienia ja muiden huomioiminen

- Muistakaa turvavälit.
- Huolehtikaa hyvästä hygieniasta, mm. käsien pesu.
- Harjoituksia pidettäessä on noudatettava Valtioneuvoston, oman lajiliiton ja viranomaisten ohjeistuksia.
- Toimithan kaikkiin tavoin vastuullisesti.