**Information och riktlinjer för ungdomslag i Hällefors IK.**

Med anledning av de skärpta riktlinjerna (till och med 24 nov 2020) för Region Örebro län som den 3:e nov 2020 presenterades av regering och FHM har vi i HIK valt att tydliggöra hur vi inom lag och förening ska bidra till att ta ansvar för att hålla nere den allt mer ökade smittspridningen.

Vi kommer ge våra barn och ungdomar fortsatt möjlighet till rörelse och träning - vilket är positivt, sett utifrån den skärpning som råder. Barn och ungdomar födda 2005 eller senare tillåts träning, vilket vi kommer att ge möjlighet till för spelarna födda inom detta åldersspann.

**HIK vill här punkta upp några viktiga åtgärder, som vi vill att lagen i vår förening följer och tar ansvar inom:**

* Ombyte kan ske hemma eller i omklädningsrum. Dvs. kan inte spelaren ta på sig all utrustning själv, ska man byta om hemma (förutom vid första träningen eftersom skydden nu ligger i förråden).
* Det räcker att vara på plats 20 minuter innan träning.
* Vid varje träningstillfälle kommer varje lag erhålla 2st omklädningsrum, som efter träning städas och saneras enligt separat städrutin. Här ska vi även hjälpas åt att hålla avstånd och vara noggranna med handhygien och att undvika närkontakt.
* Vid träning är det endast spelare, ledare och funktionär som tillåts vara inne i ishallen. Alla anhöriga och gäster ombeds stanna utanför och där hålla avstånd.
* Dusch i samband med träning ombeds att göras hemma.
* Varje lag ansvarar även för att sköta en smittsäker miljö omkring sina förråd samt runt spelarnas flaskor, handdukar och annat som kan vara direkta smittoytor.
* Träning som bedrivs ska anpassas till mer individuell för att undvika närkamper i möjligaste mån. Individuell fysträning för spelare födda tidigare än 2005 kan bedrivas, i första hand utomhus.
* Om någon spelare uppvisar symtom kommer ledare att avvisa spelaren, så det är viktigt som förälder att se till att spelarna är friska när de kommer till ishallen.
* Vart vänder vi i lagen oss om vi har frågor eller funderingar kring träningar och rutiner kring dessa?
	+ I första hand hanteras de direkta frågorna inom laget av tränargruppen. Dessa personer kan svara på de flesta av frågorna och kan även vid behov summera alla obesvarade frågor och skicka till Styrelsen som hjälper er vidare om så behövs.
	+ Om ni i laget behöver ta beslut som eventuellt kan frångå ovanstående riktlinjer så skall detta alltid tas upp med Styrelsen som hjälper er i beslutsfattandet.

Nu hoppas vi att alla spelare, ledare och föräldrar är med och bidrar i detta då allt vi vill är att ge barnen och ungdomarna möjlighet till hockey!

Träningstider: Måndagar U12 17-18

 Tisdagar U15 17.30-18.30

 Onsdagar U12 17-18

 Torsdagar Tjejlaget 17.30-18.30 U15 18.45-19.45

 Söndagar Tjejlaget 10-11