

For træning

OBS: Ingen forældre på banerne - aflevér, smil, vink og kør!



Bliv hjemme, hvis du selv eller en i din familie eller klasse har symptomer.



Klæd om hjemmefra – og tis af; der er ikke adgang til klubhus eller toilet!

OBS: Vi spiller kun med hjelm – ikke andet udstyr.



Fyld din drikkedunk, tag den, handsker og håndsprit med. Ellers er der sprit på banen. Lad alt unødvendigt blive hjemme!



Check med din træner, hvordan du ved, hvilken bane du skal gå direkte hen på.



Kom til tiden – og gå direkte hen til din bane.
U10-12 træner tirsdag kl. 17. U14-16 torsdag kl. 17.
U19/Elite tirsdag & torsdag kl. 19:15



Hvis du bliver kørt, så sig farvel i bilen – ingen familie, kærester, venner eller kæledyr på banen!



Hold afstand til andre, når du går direkte til den bane, du skal spille på.



Hils entusiastisk og smil – bare på afstand..



Under træning



Hold 2 meters afstand til andre – både når du står i kø og når I laver øvelser



Vask hænder, inden du går ind på banen. Hold afstand til dem foran og bagved.



Rør kun ved din egen drikkedunk. Du kan ikke fylde den op undervejs, så hav den godt fyldt fra starten.



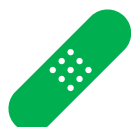
Hold din handske ren - afhold dig fra at spytte eller hoste i den.



Sprit dine hænder i 30 sek. – din træner sørger for, at I får spritte-pauser. Brug dem til det og ikke andet!



Hvis en bold eller andet ryger uden for banen, så bliv på banen – træneren henter den.



Hvis en medspiller kommer til skade, så hold dig væk og lad træneren tage sig af det.



Hvis du får det skidt, så tag hjem. Hvis du skal hentes, så gå ud på p-pladsen, ring og vent dér.



Giv luft-high-fives og ros hinanden højlydt! Og nyd, at du kan spille igen!



Efter træning

OBS: Ingen forældre på banerne - aflevér, smil, vink og kør!



Sig entusiastisk farvel – og gå så!



Tag dit gear med hjem og sørg for at gøre det rent.



Forlad banen, når din træner beder dig om det og på den måde, du bliver bedt om det.



Hold afstand til andre, når du går direkte hen til bil/cykel og tager hjem.



Smil og luft-hilsener erstatter bro-hugs på afstand – også uden for banen.



Når du er hjemme, så skriv gerne hilsener til dine holdkammerater via Facebook.

Coronaansvarlig under træning

Ungdom: Tom Bertram

Senior: Anton Bodilsen

#wenotmee #allin #KnightsPride

