

## Nibe Roklub åbner – NÆSTEN helt ... !

Idrættens organisationer og myndighederne har i denne uge åbnet for, at mange flere aktiviteter i det danske samfund kan lempe på restriktionerne, herunder den udendørs og dele af den indendørs sport.

For Nibe Roklubs aktiviteter betyder det følgende **FRA I MORGEN FREDAG 12. JUNI:**

### **Al roning kan finde sted på helt almindelige vilkår – DOG:**

For roere på hold (inrigger / gig): Ro så vidt muligt med de samme, men samtidig er alle grupper nu opløst, og der må blandes hold. Skift kun pladser, hvis det på forhånd er aftalt, og alle er enige herom.

Tag fortsat hensyn ved ophold og »trafik« ud og ind ad bådehallerne samt på bådebroen.

Hvis der samles flere mindre grupper til »snak« – så fortræk evt. til terrassen eller græsplænen.

### **Faste ro-tider\* vil være:**

Tirsdage og torsdage: Mød omklædt kl. 18.45 – og på vandet kl. 19.00

Søndage: Mød omklædt kl. 08.45 – og på vandet kl. 09.00

\* FASTE ROTIDER (starter fra og med tirsdag d. 16. juni): Ud over roere til HOLD (inrigger / gig) henstilles der til kajakroere, at hvis man agter at ro efter kl. 18.30, følger man den »hold-dannelse«, som sker fra kl. 18.45.

Dette allermest af hensyn til klubbens nye (kajak-)roere, som skal have ro-makker(e) med sig.

**OPFORDRING:** Tag hensyn til klubbens nye roere og medvirk til, at de får en god oplevelse med andre roere omkring sig; også ude på vandet! Større samlinger og klub-arrangementer sker tidligst i august.

### **Omklædning / bad / toiletter:**

Omklædning og toiletter må benyttes – med den regel, at der i et omklædningsrum må befinde sig MAX. 5 personer ad gangen – og her med 2 meters afstand!

SÅ: Vær passende hurtig til din omklædning, og har du mulighed for at bade hjemme, så gør det – ellers hav tålmodighed og vent på hinanden!

VIGTIGT: Efter brug skal DIN PLADS / ALLE BERØRINGSFLADER AFTØRRES med »blå spray«, som du finder i rummet. Brug der foruden HÅNSPRIT til din egne hænder.

### **Toiletter (såvel handicap- i gangen som i omklædningsrum):**

ALLE BERØRINGSFLADER AFTØRRES med »blå spray«, som du finder i rummet. Brug der foruden HÅNSPRIT til dine egne hænder.

### **Opholdsstuen / køkken:**

I selve opholdsstuen må der opholde sig MAX. 20 personer ad gangen – og med 1 meters afstand. Tag dette hensyn, når du sidder ved bordet – og sammen med rokammeraterne drikker den LÆNGE ventede kop kaffe – eller ryk udenfor.

VIGTIGT – Alle med ophold i klubhuset må være opmærksomme på: Efter brug skal ALLE BERØRINGSFLADER AFTØRRES med »blå spray«, som du finder i rummet. Brug der foruden HÅNSPRIT til din egne hænder.

### **Motionsrummet:**

Motionsrummet er atter åbent, og her må befinde sig max. 10 personer ad gangen – og med 2 meters afstand. Der vil være færre motionsredskaber (ro-ergometre) til rådighed – ligesom klubbens »Yoga-måtter« ikke må anvendes.

VIGTIGT: Efter brug skal ALLE BERØRINGSFLADER AFTØRRES med »blå spray«, som du finder i rummet. Brug der foruden HÅNSPRIT til din egne hænder.

**Generelt:**

Hold fornuftig afstand til alle – som det gælder alle andre steder. Dog 2 meters afstand i omklædningsrum og motionsrum.

Mange steder i klubhuset er der placeret håndsprit (til hænder) og »blå spray« til berøringsflader: HUSK AT BRUGE DET – af hensyn til dig selv og andre.

**Som hidtil:**

PC til registrering af roture: Afsprit hænder FØR du bruger PC'en – og IGEN EFTER brug af PC'en.

Alle berøringsflader på kajaker og robåde skal afvaskes med sæbe. Skyl og tøm båden for vand. Aftør ikke.

Redningsveste skal opfattes som personlige: Tag en vest i omklædningsrummet, påsæt dit navn, vask den efter brug, hæng den på plads og tag SAMME vest næste gang.

Gør dit til at holde klubben CORONA-FRI: Aftør på dit eget initiativ dørgreb og kontaktflader, som bruges af mange – og husk toiletterne!

Klubhuset rengøres nu overalt af vort rengøringsfirma – og husk fortsat at medvirke til, vi har et rent klubhus.

Dispensationer fra svømmeprøver gælder fortsat – til og med 30. juni.

Senest 30. juni skal manglende svømmeprøver aflægges, hvis du fortsat vil ro – medbring en »gul blanket« fra gangen i klubhuset og få den udfyldt i svømmehallen.

Klubben kan af flere årsager ikke tilbyde fælles-svømning. Nibe Svømmebad åbner mandag d. 15. juni.

**Med STOR og corona-fri hilsen: BESTYRELSEN**