



Handlingsplan gymnaster och ledare - Juluppvisning 2021

Nedan följer de anpassningar föreningen har vidtagit för att kunna genomföra juluppvisningen den 18 december 2021 efter [Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd](#). Under pandemin har Sofia Gymnastikförening följt Folkhälsomyndigheten och Riksidrottsförbundets rekommendationer och restriktioner kring idrottsaktiviteter och arrangemang. Föreningen kommer fortsätta följa dessa och därmed anordna juluppvisningen med anpassningar för att smittspridning ska undvikas.

Anpassningar inför juluppvisning:

- Skriva och publicera en skriftlig handlingsplan som riktar sig till gymnaster och ledare.
- Planera förträning så gymnasterna anländer olika tider till hallen för att minimera trängsel i entrén.
- Handsprit inhandlas av föreningen och sprids ut på flera ställen i hallarna och entréerna.
- Omklädningsrum planeras så grupper med många deltagare inte behöver dela.
- Gymnasterna uppmanas att komma ombytt till hallen så omklädningsrummen endast används till klädförvaring.
- Föreningens styrelse håller sig uppdaterade på rekommendationer från Folkhälsomyndigheten.

Anpassningar under juluppvisningen:

- Samtliga ledare och gymnaster över 18 år måste uppvisa vaccinationsbevis vid ankomst till hallen och kommer få en stämpel på handen.
- Ledaren möter upp sina gymnaster utanför hallen och följer med dem in till omklädningsrummen, inga anhöriga är välkomna in i byggnaden innan 13:30. Anhöriga får ej vistas i omklädningsrum eller träningshall.
- Ledaren ansvarar för att hålla ihop sin grupp under hela dagen och att minimera trängsel med andra grupper.
- Gymnasterna kan under förträningen använda toaletterna vid huvudentrén men under uppvisningen skall endast toaletten i tilldelat omklädningsrum användas för att minimera trängsel mellan publik och gymnaster.
- Omklädningsrummen används endast till förvaring av kläder, matsäck och användning av toaletterna. Grupperna håller sig i de större öppna ytorna under förträning och uppvisning.



- Vid ankomst till hallen kan uppvärmning ske i "lilla hallen" som ligger i anslutning till uppvisningshallen, alternativt ovanför läktarna.
- Efter avslutad förträningsspunkt ska gymnasterna placeras gruppvis på läktaren eller på annan fri golvyta för att ge utrymme åt nya gymnaster att förträna i uppvisningshallen och värma upp i "lilla hallen".
- Under publikinsläppet kan de yngre gymnasterna använda lilla hallen och stora hallen för lek eller lättare träning. Grupper med gymnaster som är 10 år och äldre hänvisas till gymnastläktare/åskådarplats eller till tilldelade arbetsuppgifter i entré och försäljning. Fördelning av grupper i lilla respektive stora hallen görs under ledarsamlingen innan publikinsläpp.
- Under uppvisningen håller sig gymnaster och ledare i "lilla hallen", på gymnastläktaren eller i anslutning till ingångarna till hallen vid redskapsutrymmet. Gymnaster kan också stå i trapporna vid hallens kortsida eller i bakkant av gången ovan läktaren. Dock utan att blandas med publiken.
- Inpassage till uppvisningsnumret sker via läktare B och utpassage via läktare A.
- Massdans 2 delas upp i två omgångar för att minska trängsel. Minior 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 dansar Massdans 2 i öppningsnumret, direkt efter Massdans 1. Minior 1, 2, 3, 4, Ungdom 1, 2, 3, 4, 5 samt Junior 1 dansar Massdans 2 som avslutningsnummer (efter sista programpunkten).
- Efter uppvisningen lämnas barnen till vårdnadshavare utanför spelaringången eller huvudentrén. Knatte- och Minigrupperna lämnas utanför huvudentrén, Minior-, Ungdom och Juniorgrupperna utanför spelaringången på hallens högra långsida från Ringvägen sett nedför trappen. Ledaren följer med barnen ut.

Uppföljning efter juluppvisningen:

- Om en gymnast eller ledare som deltagit på juluppvisning testar positivt för Covid-19 efter juluppvisningen skall denna person, enligt föreningens handlingsplan för Covid-19, meddela kansliet via mejl (kansli@sofiagf.se) för att föreningen skall kunna påbörja en smittspårning.
- Styrelsen kommer efter avslutad juluppvisning utvärdera hur anpassningarna fungerat och hur dessa kan utvecklas inför kommande arrangemang där restriktioner och rekommendationer kan komma att behöva vidtas.