

SMITTEVERNTILTAK COVID-19 / KURS I ELVEPADLING

***Vi er opptatt av å holde deg og oss friske.
Her er endringene for deltagelse på kurs i elvepadling denne sesongen,
samt smitteverntiltak for at du skal få en god opplevelse på kurs hos oss:***

- Er du er småsyk eller har mistanke om å være smittet av covid-19, kan du ikke delta på kurs.
- Er du i en risikogruppe kan du heller ikke komme til oss på kurs.
- ***Vi som instruktører er opptatt av å ikke videreføre en potensiell covid-19 smitte til neste kursdeltager.*** Derfor er det viktig å holde **minst 1 meters avstand** mellom oss og deg til enhver tid.

1 meters avstand kan være en utfordring. Kurset tilrettelegges for at vi skal klare det og med godt samarbeid skal vi få det til.

- **Håndvask** er viktig. Håndsprit vil være tilgjengelig på land og du som deltager oppfordres til å ta med en egen liten flaske i tillegg. (Kan legges i lomma på vesten.)
- Maks antall per kurs er redusert til 3 deltagere.
- Denne sesongen kan vi kun ta i mot deltagere fra samme familie eller andre som bor sammen, samt vennegrupper som omgås til daglig.

Vi vil denne sesongen ikke kunne ta med enkelt påmeldinger på kajakkurs. Kommer du alene kan vi tilby deg 1 til 1 undervisning.

- All undervisning vil foregå utendørs, med unntak av tilpassing av kajakkene. Det vil foregå inne, men rommet er stort nok.
- Instruktør vil bruke munnbind hvis du trenger hjelp til å tilpasse kajakken.
- Du må kjøre egen bil til elva. Kajaker og kursutstyr blir fraktet i vår bil. (Ikke langt å kjøre.)
- Du må ta med matpakke, drikke og evt. kaffe/te til lunsj. Vi kan dessverre ikke servere deg noe denne sesongen.
- Egenerklæringen for kurset får du på e-post. Den må fylles ut, signeres og sendes tilbake til oss per e-post i god tid før kursstart.
- På videregående kurs vil vi ikke kunne gjennomføre innføring i eskimorulle pga 1 meters avstand. Det vil kun bli gitt instruksjon på land og mulighet for å prøve i elva for de som ønsker det.
- Alt utstyr, kajaker og fellesareal vil bli grundig vasket mellom hvert kurs.