



NYHETSREV – 17 november 2020

En annorlunda höst

Nu har vi kommit en bra bit in på höstsäsongen, som normalt präglas av intensiv och flitig träning, tävlingar och test. I år är det som bekant lite annorlunda, men trots skärpta restriktioner de senaste veckorna så försöker vi hålla en hög nivå på träningen, samtidigt som vi tar smittspridningen på allvar. Läs mer om hur vi alla kan hjälpas åt med detta nedan. Förutom pandemin så innehåller det här månadsbrevet information om en planerad träningstävling, jullovsträning och inte minst klubbens nyskördade elitserieframgångar. Trevlig läsning!

Covid-19

Folkhälsomyndighetens skärpta restriktioner den 29:e oktober har medfört striktare förhållningsregler. Göteborgs Konståkningsförbund har varit i kontakt med smittskyddsläkaren i Västra Götaland som hjälpt till att arbeta fram hållbara regler. Alla våra aktiva kan därmed fortsätta träna. Dock har vi behövt anpassa gruppernas storlek och lägga om schemat så att det inte blir så många åkare på isen samtidigt.

Vidare är det viktigt att endast den förening som har istid i en ishall, vistas i ishallen så att man håller antalet personer som vistas i hallen samtidigt nere. Beroende på ishallens möjligheter får man antingen vänta utomhus eller i en korridor, men inte nära ingången eller i flera omklädningsrum om sådana finns. Tänk på att hålla avstånd!

Med tanke på det allvarliga smittläget är det fortsatt viktigt att vi **undviker trängsel** kring våra träningar och att man **stannar hemma om man känner sig det minsta sjuk**, samt även tillämpa familjekarantän, det vill säga att man även ska stanna hemma om någon annan i familjen har symptom.

Därför rekommenderar vi att:

- Konståkarna kommer ombytta till hallen och håller avstånd med minst 2 meter när de idrottar.
- Särskilt beaktande vid passager (dörröppningar) där det är viktigt att hålla avstånd.
- Endast en förälder per barn tillåten i de yngre grupperna i ishallen, om barnen behöver hjälp av föräldrar, till exempel med att knyta skridskorna. Om föräldrar måste vistas i ishallen måste de sprida ut sig. Minst 2 meters avstånd, gärna mer!
- Förälder/barn betraktas som en säker enhet ur smittrisksynpunkt och vi rekommenderar att en förälder knyter skridskon och inte att exempelvis en tränare knyter åt alla barn.
- Vid ombyte i omklädningsrum är det viktigt att sitta med 2 meters mellanrum på bänkarna.

Utöver dessa allmänna rekommendationer har vi infört **särskilda rutiner för skridskoskolan i Slottsskogsrinken på lördagar:**



NYHETSREV – 17 november 2020

- Ingång till Slottsskogrinken sker vid ingången mot Slottsskogsvallen/Skate Corner.
- Man tar på sig skridskorna på kortsidan där det finns bänkar.
- När föregående grupp avlägsnats från åkarbåset tar man med sig sin packning från kortsidan till båset och går på isen därifrån.
- När lektionen är slut tar man skyndsamt av sig skridskorna för att lämna plats till nästa grupp som ska gå på isen och går ut genom dörren mot Friidrottens hus.

OBS!!! VIKTIGT att ni INTE går förbi portarna/avspärrningen vid ismaskinen så länge portarna står öppna. Ni får endast gå förbi ismaskinen när portarna är stängda. När det är mycket folk kommer vaktmästarna att stänga med staket runt ismaskin och portar i cirka 10–12 minuter.

Caféverksamheten på lördagar i Slottsskogrinken är inte aktuell för närvarande. Däremot utgår vi från bemanningsschemat och man hjälper till vid dörrarna för att leda barn och föräldrar/medföljande rätt under Covid. Mail kommer i veckan innan det är dags att jobba.

Alla tävlingar och tester är inställda så länge restriktionerna gäller.

Dessa regler gäller fram till och med den 19:e november med möjlighet till förlängning. Håll ögonen på hemsidan och var vaksam på att informationen kan justeras med kort varsel.

Och till sist: Tänk på att vi alla har ett jättestort ansvar. Mot varandra, mot våra barn och ungdomar, mot våra tränare, våra närmaste, sjukvården och samhället i stort. Vi måste alla hjälpas åt att komma igenom denna coronasituation på bästa möjliga sätt. Om vi inte tar vårt ansvar kan det bli mycket värre än vad det är idag!

Träningsstävling

Den sedvanliga julshowen ställs i år in på grund av pandemin. Istället kommer vi att arrangera en träningsstävling där alla våra åkare kommer att få visa upp sig och sina program precis som på en tävling. Publik kommer inte att tillåtas, men evenemanget kommer att streamas på nätet.

Jul- och nyårsträningar

Under jul- och nyårveckorna tänker klubben ha extraträningar. Extratiderna kommer att ligga på morgon och dagtid, och tillkommer utöver ordinarie träningen under dessa veckor.

För att veta vilka som är intresserade av att träna i mellandagarna och efter nyår vill vi att ni fyller vilka dagar som ni vill träna i formuläret på hemsidan. Om ni inte tänker träna alls, skriv det i rutan ”övrig information”. Detta är viktigt för att tränarna ska kunna ändra på schemat om det är för få som tänker träna.

Detta blir det underlag som tränarna utgår ifrån vid planeringen. COVID-19 gör att vi kommer att behöva fortsätta hålla nere antalet i grupperna.



NYHETSREV – 17 november 2020

För dessa extratimmar kommer vi att ta ut en avgift, cirka 100 kr/timme. **Svar på intresseanmälan vill vi ha senast fredagen den 20 november.**

Anmälan därefter hanteras i mån av plats. COVID-19 gör att det är begränsningar på hur många som det går att ta in när schemat och grupperna är gjorda.

Elitserieframgångar

Grattis Josefin, Maria och Thomas till förstaplatsen! Bra jobbat på Elitserietävlingen i Borås den 9–10 oktober!

Men hur skulle det kunna gå det gå fel, med ett så positivt ledarteam? Det lossnade rejält för Josefin, 177,46 i totalpoäng. Det är troligen den näst högsta poäng en svensk dam någonsin har haft.

Natalia låg på en fin andraplats efter kortprogrammet, på 41,03 poäng. Fria programmet gick skapligt, men några Stockholmskor smet förbi, och det blev en sammanlagd 5:e plats.

Information från kansliet

Inställd klubbdag

Den sedvanliga klubbdagen innan jul blir i år inställd. Vi har istället kvällsöppet följande dagar på kansliet:

- 14 dec. kl. 14–19
- 15 dec. kl. 17–19:30
- 16 dec. kl. 16–19
- 17 dec. kl. 16–19
- 21 dec. kl. 14–19
- 22 dec. kl. 17–19:30

Då kan du passa på att köpa dina julklappar, såsom klubbtröjor, tights, nya och begagnade konståkningskläder, skridskoskydd, överdrag, gosedjur, smycken, väskor, strumpbyxor mm. Du kan också köpa Enjoyguiden och hämta/köpa bingolotter.

Önskar du någon speciell vara, gör gärna en förbeställning till kansli@vfkk.se

Bingolotter till Uppesittarkvällen 23 dec

Du kan nu hämta dina bingolotter av din kontaktförälder eller på kansliet. Alla åkare förväntas sälja fem stycken. Lotterna kostar 100 kr/styck, men det finns även lotter för 200 kronor. Till försäljning finns också Bingolottos julkalender.

Newbody

Du kan beställa kläder med hög kvalitet till ett bra pris. Det finns även kryddor, ljus och home ceremonies.

Kataloger finns på kansliet eller så går du in på följande länk (som är klickbar): www.vfkk.com/Hem/nyheter/vfkk/traningochtavlingsgrupper/stodvfkkkopkladerfrannewbody/

Försäljningen håller på till den 18 november 2020.

Enjoyguiden

Enjoyguiden berättigar till rabatt på caféer, restauranger, fritid, resor, kultur, hotell och nordiska restauranger. Oftast gäller ”2 betala för 1” när det gäller restauranger, övriga erbjudanden 20%–50% rabatt.

Enjoyguiden säljs till och med 30 november 2021 och kostar endast 395 kronor.

Styrelsen, VFKK