

## Raision Jumpparit toivottaa sinut ja perheesi lämpimästi tervetulleeksi liikkumaan hyvässä seurassa!

\*\*\*\*\*

**Syyskausi starttaa 31.8.2020.** Kuten aiemminkin, terveyttä edistävää ja ylläpitävää liikuntaa on tarjolla pirteä ja värikäs kirjo perheille, lapsille, nuorille ja aikuisille. Luvassa onkin varsinainen **Supersyysy kaikkine tuttuine suosikkeineen ja superloistavine UUTUUKSINEEN!** Raision Jumpparit tarjoaa syksystä alkaen reipasta ja pirteää toimintaansa myös kurssitoteutuksina.

Kuten keväällä kaikki jouduimme huomaamaan, hyviinkin suunnitelmiin voi tulla muutoksia. Jos tilanne Koronaan liittyvien ohjeistusten kanssa muuttuu, seurasi reagoi kuten oikein on. Raision Jumpparit noudattaa toiminnassaan Suomen hallituksen ja THL:n antamia ohjeistuksia. Seuraamme tilannetta päivittäin ja ohjeistuksia päivitetään tarvittaessa. Raision Jumpparien ryhmäkokoja on syyskaudelle pienennetty, jotta turvallisuusohjeistuksia on helpompi toteuttaa. Perheliikuntatunneilla pienempien lasten on turvallista liikkua oman aikuisen valvonnassa. Alle kouluikäisten tunneilla on vastuuhjaajan lisäksi paikalla apuhjaaja.

**Kaikki me voimme omalta osaltamme vaikuttaa turvalliseen, koronavapaaseen liikkumiseen seuran tunneilla ja toimitiloissa toimimalla vastuullisesti ja noudattamalla kaikkia annettuja ohjeistuksia:**

- Tunneille osallistutaan ainoastaan täysin terveenä, huomioithan lievätkin oireet. Ohjaajat ohjaavat oireiset jumpparit takaisin kotiin.
- Pidä huolta hyvästä käsihygieniasta pesemällä kädet huolellisesti ennen ja jälkeen harjoitusten.
- Jos yskit tai aivastat, tee se kynnärpäähän, hihaan tai paperiliinaan. Älä koske kasvojesi.
- Tule tunneille valmiiksi treenivaatteissa vain hieman ennen tunnin alkua. Pyrimme välttämään yhteisissä tiloissa oleskelua. Anna tilaa lähteville jumppareille.
- Muista turvavälit, myös pukuhuoneissa ja peseytyessäsi. Pidä vähintään 1,5 metrin etäisyys muihin paikalla olijoihin. Tarpeetonta fyysistä kosketusta on hyvä välttää (esimerkiksi kättely, halaaminen).
- Täytä vesipullosi jo kotona. Vesipullosi on vain sinun käytössäsi, ethän lainaa pulloasi toisille. Nimeä pullosi.
- Vanhemmat eivät saa jäädä jumppasaleille lasten tuntien ajaksi - Raision Jumpparit suosittelee reipasta ulkoilua luonnossa. Lapsen on toivottavaa saapua sisätiloihin yksin (ihan pienimmillä voi olla saattaja mukana). Ellei lapsi rohkene vielä yksin tunnille - tarjolla on myös monipuolisia ja kehittäviä perhetunteja yhdessä aikuisen kanssa.
- Tunneilla käytetään ensisijaisesti omia välineitä (esim. jumppa-alustat, kahvakuulat yms.). Mikäli seuramme tunneilla on yhteisiä välineitä käytössä, desinfioidaan ne jokaisen käyttökerran jälkeen. Tuntien lopusta on varattu aikaa välineiden puhdistamiselle.
- Ilmoitathan heti seuralle, mikäli olet osallistunut seuran tunneille koronavirustartunnan alaisena.
- Jos olet matkustanut ulkomaille, pidäthän omaehtoisen kahden viikon karanteenin ennen kuin osallistut taas seuramme toimintaan.

Huomioithan, että jokainen perhe tai jäsen tekee itse päätöksen osallistumisestaan toimintaamme. Jokainen jäsen osallistuu toimintaan omalla vastuullaan. Mikäli seuramme toimintaan liittyen todetaan koronavirustapauksia turvatoimenpiteistä huolimatta, on mahdollisesti altistuneiden henkilöiden kontaktointi ja selvitystyö paikallisten tartuntatautiviranomaisten vastuulla. Viranomaisten pyynnöstä seura antaa selvityksen mahdollisista altistuneista sekä heidän yhteystietonsa viranomaisten käyttöön. Raision Jumpparit ohjeistaa, että tartunnan saanut jäsen tai jäsenen huoltajat ovat yhteydessä myös seuraan tartunnan tultua ilmi. Jokaisen terveys ja turvallisuus on meille tärkeää!



Mitä parhainta alkavaa syysä kaikille!  
Hyvässä seurassa on ilo liikkua®  
Raision Jumpparit

www.raisionjumpparit.fi   
toimisto@raisionjumpparit.fi   
Tasalanaukio 5, 21200 Raisio 