

## VNITŘNÍ SPORTOVIŠTĚ SOKOLOVNY (TĚLOCVIČNA)

### od pondělí 17. 5. 2021 OTEVŘENO – možnost cvičení s omezeními!!!

Od pondělí 17. 5. 2021 bude zahájeno cvičení pro dospělé v tělocvičně libušské sokolovny ve svých obvyklých hodinách:

pondělí	<b>zdravotní tělocvik</b>	19:00 – 20:00 hodin
pondělí	<b>rekreační volejbal</b>	20:00 – 21:00 hodin
úterý	<b>country tance</b>	19:00 – 20:00 hodin
středa	<b>jóga</b>	18:30 – 19:30 hodin
středa	<b>všestranný tělocvik</b>	19:30 – 20:30 hodin
čtvrtek	<b>rekreační nohejbal</b>	20:00 – 21:00 hodin

Na sportovní plochu bude přístup umožněn **pouze aktivním účastníkům cvičení či tréninků.**

**V budově sokolovny bude pro cvičence přístupné pouze WC v přízemí,** zatím je zakázáno používat šatny a sprchy.

Předem všem děkujeme za pochopení, vstřícnost, disciplínu a dodržování vyhlášených hygienických a bezpečnostních opatření!

### PRAVIDLA PROVOZUV DOBĚ KORONAVIROVÉ PANDEMIE

#### účast na cvičení je možná pouze za těchto podmínek:

- cvičení se mohou účastnit pouze zdraví cvičenci bez respiračních a jiných příznaků COVID-19, kteří nepřišli do styku s nakaženými osobami v posledních 14 dnech;
- cvičenci prokáží, že splňují podmínky stanovené v bodu I/18 Mimořádného opatření MZ ČR č. 448 ze dne 10.5.2021, tedy **musí splňovat jednu z níže uvedených možností** (tato podmínka neplatí pro děti do 6 let)
  - absolvovat PCR test (max. 7 dní před),
  - antigenní test (max. 72 hod. před),
  - být naočkovaní,
  - mít v posledních 90 dnech prodělaný Covid-19 a ukončenou izolaci
- **odevdají vyplněné Čestné prohlášení** (k dispozici na webových stránkách nebo v sokolovně);
- **cvičenci přichází na cvičení převlečení do sportovního oblečení, není možné používat šatny;**
- do začátku cvičení ve venkovních prostorech sokolovny je nutno dodržovat hygienická pravidla – zakrytá ústa a nos, odstup 2m od sebe, to platí i ve vnitřních prostorech sokolovny;
- cvičenci cvičí bez ochrany dýchacích cest, po skončení cvičení opět zakrytá ústa a nos;
- pokud sportovci v rámci tréninku či cvičení delší dobu odpočívají, musí mít ochranu úst a nosu;
- **cvičení probíhá za dodržení všech platných epidemiologických opatření.**

Doporučujeme vždy před cvičením se podívat na aktuální informace na <http://www.sokollibus.cz>

Za výbor jednoty JUDr. Karel Krůfa, v. r.  
starosta T. J. Sokol Libuš

Praha, 14. 5. 2021