

APSTIPRINU:

Nīcas novada domes izpilddirektors

_____ A.Šakals

15.05.2020.

NOTEIKUMI SPORTA NODARBĪBĀM Telpās

NĪCAS NOVADA SPORTA OBJEKTOS

Pandēmijas COVID-19 laikā

1. Ierodoties, Nīcas novada pašvaldības sporta objektos, ievērojam Nīcas sporta halles/ Rudes sporta nama iekšējos kārtības noteikumus, valstī noteiktās vispārējās prasības pandēmijas COVID-19 laikā , kā arī Nīcas sporta halles/Rudes sporta nama darbinieku norādījumus šo noteikumu izpildē.
2. **ievērojam vismaz 2 m distanci.** Ievērojam telpās regulēto plūsmu virzienus un norādes.
3. Uz nodarbībām ierodamies ne ātrāk, kā 15 pirms nodarbības.
4. Sporta nodarbībās piedalās dalībnieki vecumā no 7 gadiem.
5. Sporta nodarbībās (individuāli) var pieteikties pēc iepriekšēja pieraksta Nīcas sporta hallē - pa telefonu: 25638442, Rudes sporta namā - pa telefonu: 25996637. Organizētajām grupām pieteikšanos organizē grupas vadītājs vai treneris.
6. **Sporta objektu telpās nedrīkst atrasties personas, kas nav iesaistīti sporta nodarbības procesā.**
7. Sporta nodarbībā vienlaikus organizēti pulcējas **ne vairāk kā 25 personas** (ieskaitot treniņa vadītāju u.c.palīgpersonālu)
8. Sporta objektus Nīcas novadā **aizliegts apmeklēt personām, kurām pandēmijas COVID-19 laikā jāievēro pašizolācija vai karantīna, kā arī personas ar elpceļu infekcijas pazīmēm.**
9. Uzsākot nodarbības katrs dalībnieks aizpilda Apliecinājumu, ka nav iekļauts pandēmijas COVID-19 riska grupās.
10. Treniņā izmanto tikai savu apģērbu un dzērienu.
11. Pirms un pēc treniņa dezinficē rokas. Pašu un citu drošībai izmanto sejas masku.

Nosacījumi trenažieru zālē

12. Izmanto telpās pieejamos dezinfekcijas līdzekļus inventāra dezinfekcijai pirms un pēc attiecīgā rīka lietošanas un treniņa.

13. Nodarbības ilgums trenāžieru zālē nedrīkst pārsniegt 1h un 15 min.

14. Vienlaicīgi Nīcas sporta halles trenāžieru zālē drīkst uzturēties ne vairāk, ka 4 dalībnieki un halles treneris-instruktors. Rudes sporta namā – līdz 4 apmeklētājiem, bet ne vairāk, kā 2 (divi) vienā telpā.

15. Lieto tikai to inventāru, kurus izmanto treniņā (neapgrābsti neko lieki).

16. Ievēro 2m distanci!

17. Ievēro apmeklētāju plūsmu norādes.

Nosacījumi ģērbtuvēs

18. Ievēro 2 metru distanci.

19. Uzturies ģērbtuvēs ne ilgāk, kā 15 min.

20. Dušās izmanto katru otro duškabīni. Dušās uzturies ne ilgāk kā 15 min.

21. Izmanto tikai pieejamos drēbju skapīšus, lai ieturētu 2 metru distanci ar pārējiem ģērbtuvē.

22. Nīcas sporta hallē vienā ģērbtuvē drīkst uzturēties ne vairāk, kā 4 apmeklētāji. Rudes sporta namā - ne vairāk kā 2 apmeklētāji.

Noslēguma nosacījumi

23. Atceries, ka šai laikā mēs atbildam ne tikai par savu veselību un dzīvību, bet arī citu veselību un dzīvību. Tāpēc rīkojies atbildīgi!

24. Sporta objektos ievēro noteikumus, norādes un darbinieku rīkojumus. Neievērošanas gadījumā, Nīcas sporta centra administrācija var lemt par tavu liegumu atrasties Nīcas pašvaldības sporta objektos.