

Velkommen til trening hos NMK Egersund 😊

Trening lørdag 31.juli fra kl.09.00-14.00

INNSJEKK & TEKNISK fra kl. 08.30

Du må være påmeldt innen **fredag 9. juli kl. 17.00** for å kunne trene.

Min 10 deltakere.

- Max 5 personer i teamet, inklusiv fører og ledsager.
- Avklar med funksjonær om hvor du kan stå.
- Minimum 2 meter fra andre enheter i depot.
- **IKKE tillat å ha ansvar for andres barn.**
- Teknisk vil bli gjort på depot plass, da skal alt være åpnet og klart for sjekk.
- Det er **ikke** tillat å låne bort verktøy/utstyr eller liknende. (Så få med deg det du vet du trenger)
- Ta med mat og drikke, dersom du blir sulten/tørst.
- Dommertårnet vil være stengt for andre en klubbens funksjonærer.
- Hengere skal settes helt opp i øvre depot. (usikker på hvor, spør 😊)

Innsjekk / dokumenter:

- **Alle** som skal trene sender bilde/kopi av alle gyldige betalte lisenser og medlemskap i NMK Egersund til Cecilie på mail: cecilie.tengesdal@gmail.com slik at mest mulig er ferdig og klart. Da er det bare å vise ID og betaling v/innsjekk.
- Vi tar **kun VIPPS. # 551279**
 - Beløpet skal vippses før dere kommer.
 - Medlemmer: 150 kr junior og 300 kr senior
 - Ikke medlemmer: 250 kr junior og 500 kr senior.
- Dersom du trenger engangslisens må du opplyse om det ved påmelding.
- **Meld avbud om du ikke kan komme.**

Du er **ikke** velkommen om du er smittet av korona, i karantene eller har symptomer på sykdom.

Husk å holde 1 meter til andre.

LINK til [NBF retningslinger covid 19](#)

Evt spørsmål rundt selve treningen kan rettes til Cecilie Tengesdal på tlf: 909 74 667 eller på mail til: nmk.egersund@hotmail.com

Stay Safe 😊