

TRYG TRÆNING

Vi passer på dig når du møder til træning

- Du bliver hjemme hvis du inden for de sidste 48 timer har udvist symptomer på Covid-19
(feber, hoste, ondt i halsen, hovedpine, muskelømhed, åndenød)
- Du har booket tid til træning via online booking
- Du, så vidt det er muligt, omklæder og bader hjemme
- Du vasker/spritter dine hænder inden du træder ind i træningsområdet
- Du registrerer dit fremmøde i terminal i venteområdet
- Du undgår så vidt det er muligt toiletbesøg
- Du træner i maksimalt 50 minutter
- Du vasker håndtag på maskine eller træningsredskab inden du træner
- Du hoster i dit ærme
- Du holder afstand til andre