

Pas på hinanden i fitnesscentret

- Bliv hjemme, hvis du har symptomer
- Klæd om hjemmefra og tag bad derhjemme
- Husk coronapas - der er stikprøvekontrol
- Benyt mundbind/visir når du ankommer til og forlader fitnesscenteret
- Du skal ikke bruge mundbind/visir når du aktivt træner i centeret (besøgende, instruktører, frivillige og ansatte skal benytte mundbind/visir)
- Afsprit/vask dine hænder inden du går ind
- Hold 2 meters afstand – og vis hensyn
- Træn alene (ikke parvis eller i grupper)
- Desinficer udstyr før og efter hvert brug
- Host og nys i dit ærme eller albue, ikke dine hænder
- Undgå fysisk kontakt