**RETNINGSLINJER FOR TRENING**

* Treningsalen er åpen fra kl 06:00 – 23:00.
* For å ha smittekilde kontroll, så må alle booke time online under «**trening**» og registrere seg ved ankomst – unntak for de som har time med terapeut.
* Det vil bli foretatt stikkprøver – uregistrerte kan miste medlemskapet.
* Hvert medlem kan maks booke 2 timer per dag
* Maks antall personer i treningsalen er 20 stk.
* Kom frisk – dersom du har symptomer på covid-19 eller er i karantene, bli hjemme!
* Hold avstand til andre – 2 meter.
* Vask hendene grundig og ofte med såpe og vann eller bruk håndsprit
* Vask utstyr – sprayflasker og papir er plassert lett tilgjengelig.
* Host og nys i albukroken.
* Kom i rene treningsklær – skift og dusj hjemme (Garderobene er fremdeles stengt)
* Bruk medbrakt rent håndkle og drikkeflaske.

***DIN INNSATS GJØR EN FORSKJEL.***

***FØLG ANBEFALINGENE***

**Vennlig hilsen Klinikk for Alle avd Sola**