

Følgende regler gjelder fra 15.12.21

- Holde minst 1 meter avstand til personer som ikke er i samme husstand.
- Individuell trening og ikke gruppetimer (ved trening med høy intensitet skal det holdes 2 meter avstand)
- 5 stk er maksimalt antall personer som kan være til stede i styrkerommet til en hver tid.
- Apparater skal rengjøres etter bruk og husk å ta med håndduk.
- Husk å skrive deg på listen når du trener for smittesporing.
- Hold deg hjemme hvis du er syk.