

Kjære kunder

Endelig kan vi starte med trening i bassenget igjen. Vi har planlagt dette godt slik at det skal bli en trygg opplevelse for alle. Vi er også avhengig av at dere er flinke til å følge reglene som er satt. Hvis vi opplever brudd på koronavettregler kan vi bli nødt til å slutte med bassentrening, eller utestenge de som ikke overholder reglene fra treningene.

Vi gleder oss til å ha det trygt og gøy på trening i bassenget igjen!

Generell informasjon:

- Er du syk, eller noen i din husstand er syk, skal du ikke møte opp på trening.
- Husk generell god hånd- og hostehygiene gjennom hele treningen.
- Det er viktig og alltid ha 1 meters avstand til alle andre under hele treningen.
- Det vil ikke være flere enn 12 personer i hver gruppe.
- På trening er det en smittevernansvarlig som skal sørge for at aktiviteten utøves i samsvar med anbefalinger fra offentlige helsemyndigheter, særrettslige koronavettregler og gjeldende sikkerhetsforskrift, samt anleggets regler.
- Brytes noen av tiltakene blir du utestengt fra anlegget og får ikke benytte dette på to måneder.

Hva gjør du før du reiser til trening:

- Kunde skal fylle vannflasker hjemme før trening.
- Kunde skal dusje hjemme før trening.

Når du kommer til trening:

- Alle kunder skal ankomme presist til sin treningstid, ikke mye før. Hver gruppe har sin anviste tid i anlegget, og det er ikke anledning til å vente i store grupper utenfor anlegget.
- Alle som skal inn i anlegget blir møtt av en ansatt og desinfiserer hender før man kommer til bassenget hvor man får informasjon om smittevernstiltak.
- I hver garderobe er det markert skap og området som kan brukes.
- I dusjområdet så er det markert hvilke dusjer som kan benyttes – det er satt opp til minimum 1m avstand mellom hvert skap og hver dusj.

På bassengkanten:

- Ved bassenget skal hver kunde ha egen sone for sitt utstyr og treningsbag. Det skal være minimum en meters avstand til andre utøvere.
- Kunde må bruke eget utstyr, og ikke dele med andre.
- Kunde skal vaske/ desinfisere hender før og etter trening, og oppfordres til å ta seg minst mulig i ansiktet.

Under treningen:

- Kun drikkeflaske skal stå på bassengkanten, og annet utstyr skal ligge i treningsbag.
- Benyttes toalettet er det viktig med god håndhygiene.
- 2 personer per bane, svømming i motsatt retning.

Etter trening:

- Etter trening må kunde vaske hender.
- I hver garderobe er det markert skap og området som kan brukes.

- I dusjområdet så er det markert hvilke dusjer som kan benyttes – det er satt opp til minimum 1m avstand mellom hvert skap og hver dusj.
- Antibac påføres ved avreise.

Takk for at dere setter dere godt inn i våre regler og rutiner!
Sammen skaper vi trygg og morsom trening.

Hilsen Trene Sammen