

**REGLAR FOR TRENINGSSENTERET**

Utvida reglement for smittevern i samband med Covid-19:

**Du må ha folkeregistrert adresse for å trene i treningssenteret.**

**Er du sår i halsen, forkjøla eller liknande skal du IKKJE nytte treningsromet.**

**Skriv deg inn med namn og telefonnummer når du kjem og når du reiser, max treningstid er 1,5 timer pr gong.**

**Viss du ser på lista at det er over 15 personer i treningsromet, har du ikkje høve til å trene, men må vente til antalet er i samsvar med maksantal.**

**Du skal IKKJE bruka same sko inne i treningsromet som du går på ute. Sko og ytterklede skal setjast i gangen.**

**Du må fylgje reglane med vask og spriting etter bruk av treningsapparat.**

**På toalettet må du også sprite før og etter bruk.**

**Du må halde avstand til andre i romet (1 eller 2 meter avhengig av låg eller høg intensitet)**

**Alle brukar treningsromet på eige ansvar og har difor eige ansvar for å fylgje dei retningslinjene ÅIL har sett i samarbeid med kriseleiinga i Åseral Kommune.**

**Brot på reglane medfører advarsel ein gong. Dersom brukar bryt same regel ein gong til fører dette til utestenging frå treningssenteret i 1 månad.**

**Brot på reglane kan føre til at ÅIL må stenge treningssenteret.**

**Styret i ÅIL**