

VI TAR ANSVAR- GJØR DU?

- NØKKELBRIKKE SKAL REGISTRERES VED ANKOMST OG AVREISE
- HOLD MINIMUM 1 METERS AVSTAND TIL ANDRE, 2 METER VED HØYINTENSITETSTRENING
- BRUK HÅNDKLE UNDER TRENING DERSOM DU SVETTER MYE
- BRUK ANTIBAC VED ANKOMST OG HA ELLERS GOD HÅNDHYGIENE UNDER OPPHOLDET
- VASK ALT AV UTSTYR NØYE ETTER BRUK
- HOLD DEG HJEMME DERSOM DU HAR SYMPTOMER, ER FORKJØLET ELLER ER I KARANTENE

VI ANBEFALER Å TRENE UTENOM "RUSHTID"
16-20 DERSOM DU HAR MULIGHETEN.

GOD TRENINGSSØKT!

GYM 36 
Grimstad treningscenter

