Pas på hinanden i fitnesscentret

- Bliv hjemme, hvis du har symptomer
- Klæd evt. om hjemmefra og tag evt. bad derhjemme
- Afsprit/vask dine hænder inden du går ind, og når du forlader fitnesscentret
- Hold afstand - og vis hensyn
- Træn helst alene (ikke i grupper)
- Desinficer udstyr før og efter hvert brug, og brug håndklæde til beskyttelse af udstyr
- Host og nys i dit ærme eller albue, ikke i dine hænder
- Undgå eller minimer fysisk kontakt

BEVÆG DIG FOR LIVET

GymDanmark DANMARKS GYMNASTIK FORBUND | TrygFonden | NORDEA FONDEN | DGI | DIF