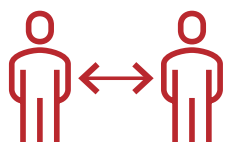


# VANDSPORTENS CORONA-REGLER



## SYMPTOMER? BLIV HJEMME!

Hvis du føler dig syg eller på anden måde utilpas, skal du blive hjemme fra svømmehallen. Det gælder også, hvis du har været i kontakt med en person, der er testet positiv for Covid-19.



## HOLD AFSTAND – OGSÅ NÅR DU SVØMMER

Mindst 1 meters afstand på bassinkanten og mindst 2 meters afstand ved fysisk aktivitet hvis muligt.



## OMKLÆDNING

Antallet af personer i omklædningsrum/bad afhænger af gulvarealet (der skal være 4m<sup>2</sup> per person til rådighed). Følg svømmehallens anvisninger om brug af skabe.



## SPRIT AF

Afsprit eller vask hænder ved ankomst til svømmehallen.



## GOD HYGIEJNE – BAD I SVØMMEHALLEN!

Bad i svømmehallen, vis hensyn og hold afstand! Følg svømmehallens anvisninger.



## BÆR MUNDBIND UDEFOR BASSINOMRÅDER OG OMKLÆDNINGSRUM

Mundbind bæres så snart du træder ind i svømmehallens forhal og når du går rundt eller opholder dig i svømmehallens forhal, på tilskuerpladser, klublokale, loungeområder og lignende. Mundbind skal ikke bæres i omklædningsrum, til og fra bassinet, samt under idrætsaktivitet.



## MAX 50 PERSONER PER GRUPPE (OP TIL OG MED 21 ÅR)

## MAX 10 PERSONER PER GRUPPE (22 ÅR ELLER DEROVER)

Der må maksimalt trænes i grupper af 50/10 personer inklusiv træner og livredder. Én træner kan IKKE varetage træning for flere grupper på samme tid.



## BRUG HELST EGET UDSTYR

Medbring egne svømmebriller og andet svømmeudstyr. Fælles udstyr rengøres rutinemæssigt.



## UNDGÅ TØRTRÆNING PÅ BASSINKANTEN

Undgå for eksempel at lave dryland, opvarmning eller andet tørtræning på land i svømmehallen.