

# 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.



## SPRIT AF

Afsprit eller vask hænder ved ankomst til svømmehallen.



## MAX 50 PERSONER PER GRUPPE

(INKL. TRÆNER OG LIVREDDER)

Det kan dog være en fordel at inddele udøvere i mindre grupper.



## GOD HYGIEJNE – BAD I SVØMMEHALLEN!

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



## BRUG HELST EGET UDSTYR

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



## HOLD AFSTAND – OGSÅ NÅR DU SVØMMER

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



## UNDGÅ TØRTRÆNING PÅ BASSINKANTEN

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



## BRUG AF SKABE

Følg svømmehallens anvisninger om brug af skabe.