



Regler i gymmet

På grund av Covid-19 har vi särskilda regler som gäller när du ska träna i gymmet. Vänligen läs igenom denna information noggrant innan du påbörjar din träning.

- 1.** Checka in som vanligt vid incheckningen.
- 2.** Ta en av de 25 rengöringsflaskorna med dig in i gymmet och tvätta noggrant av varje maskin både före och efter användning. Gäller även hantlar och fria vikter.
- 3.** Håll avstånd till varandra inne i gymmet.
- 4.** Torka av och ställ tillbaka flaskan på bordet när du har tränat klart.
- 5.** Är flaskorna slut? Då är det fullt i gymmet. Vänligen vänta på din tur.
- 6.** Vi ber dig att byta om och duscha hemma. Bastun är avstängd tillsvidare.

25 personer får maximalt träna i gymmet samtidigt.
Tänk på att tvätta händerna före och efter träningen.



COVID-19

Vi har sedan i våras gjort en hel del förändringar för att Friskis Ljungby ska vara en så säker och trygg mötesplats som möjligt. Så här har vi anpassat verksamheten:

- Vi har stängt av bastun och ber dig att byta om och duscha hemma.
- Vi har gjort en del logistikförändringar utanför salarna för att undvika trängsel.
- Vi har minskat vårt ordinarie deltagarantal på varje pass till åtta personer.
- En del pass ställs in med kort varsel, håll koll i bokningsappen för aktuell information.

Maxantal i lokalen på nedre plan: 70 personer

Maxantal i Multihallen på övre plan: 100 personer