

INFORMASJON RUNDT VANNAEROBIC OG SVØMMING



Nå har vannaerobic og svømming startet opp igjen på mandager. Vi må forholde oss til noen smitteretningslinjer for bruk av svømmehallen.

Det er flere grupper som bruker svømmehallen før og etter oss, de forskjellige gruppene kan ikke møtes i dusjen eller garderobe samtidig.

- Møte opp i god tid, senest kl. 13:40.
- Viktig å signere navnet ditt.
- Vi slipper inn i garderbene kl. 13:45
- Hold 1 meter avstand
- Etter dusj gå til bassenget og sett deg på benkene der.
- Vi trener fra kl. 14:00–15:00. Det er ikke mulig å gå før.
- Være rask i dusjen etter treningen.

Velkommen til aktiv og hyggelig trening i varmt vann.