



## Hei kaikki liikuntasalien ilta- ja viikonloppu vuoroja käyttävät!

Näin korona pandemian aikaan muutama terveyteen ja tilojen turvalliseen käyttöön liittyvä ohjeistus. Varmasti kaikille jo tuttuja asioita, mutta kerrataan vielä.

- Tiloihin tullaan vain terveenä. Nuhaisten ja ylähengitystie oireiset jäävät kotiin.
- Noudata hyvää käsi- ja yskimishygieniaa sekä vältä lähikontakteja muihin ihmisiin. Pidä turvavälit.
- Vuorolle saapuessa pese kädet tai käytä käsidesiä ennen liikuntasaliin siirtymistä ja sieltä poistuttuasi.
- Vaihda sisäliikuntavaatteet jo kotona, ennen liikuntapaikalle saapumista. Jos tämä ei ole mahdollista noudata riittäviä turvavälejä pukuhuonetoissa ja vältä niissä pidempiaikaista oleskelua.
- Käytä juomapulloa. Hanasta suoraan juominen on ehdottomasti kielletty.

Kaikkia salivuoroja käyttäviä pyydetään pitämään yllä listaa vuorolla kävijöistänne, jotta mahdolliset korona tartuntaketjut / altistumiset voidaan jälkeen päin selvittää mahdollisimman tarkasti.