



TURNFORBUNDETS KORONAVETTREGLER

Norges Gymnastikk- og Turnforbund



- Ikke flere enn 20 personer per gruppe



- God hånd- og hostehygiene
- Forsterket renhold
- Syke personer skal holde seg hjemme



- Møt ferdig skiftet til trening (husk rent tøy)
- Ta vare på personlig utstyr - vaskes før og etter trening



- Hver utøver må foreta grundig håndvask/hånddesinfeksjon før og etter bruk av apparater



- Aktiviteten bør utøves på en forsiktig og skånsom måte for å unngå skader



- Aktivitet med sikring er tillatt



Her kan du laste ned plakaten med

koronavettregler