

# NAVODILA ZA OBISKOVALCE IN ČLANE

## LAGUNA BEFIT CENTER

- *Vstop v center, sodelovanje pri skupinski vadbi in izvajanje treningov na fitnes napravah je dovoljeno le osebam, ki ne kažejo bolezenskih znakov akutne okužbe dihal. To velja tako za vadeče kot tudi za trenerje.*
  - *Vstop v center, sodelovanje pri skupinski vadbi in izvajanje treningov na fitnes napravah je dovoljeno le osebam, ki ne živijo z osebo s potrjeno boleznijo COVID-19 in jim ni bila zaradi tesnega stika z bolnikom s COVID-19 (doma ali drugje) odrejena karantena;*
  - *Pazimo, da se z rokami ne dotikamo oči, nosu in ust.*
  - *Izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, še posebej, če kažejo znake akutne okužbe dihal (npr. nahod, kihanje, kašljanje, bolečine v žrelu, mišicah, povišana temperatura ...).*
  - *Vzdržujemo medosebno razdaljo: v mirovanju vsaj 1,5 oz. 2 metra, v gibanju večjo (4m).*
  - *V primeru, da začutimo začetne znake okužbe dihal (npr. izcedek iz nosu, kihanje, kašljanje, bolečine v žrelu, povišana telesna temperatura ...), si takoj nadenemo masko in prenehamo z aktivnostjo.*
  - *V primeru, da zbolimo, ostanemo doma.*
- 
- **V ŠPORTNI OBJEKT TER TUDI VSE OSTALE PROSTORE V CENTRU VSTOPAMO POSAMEZNO, NA RAZDALJI VSAJ 1,5M.**
  - **OB VSTOPU V ŠPORTNI OBJEKT SI RAZKUŽIMO ROKE.**
  - **PRIHAJAMO ŽE OBLEČENI V ŠPORTNO OPREMO, PRED VSTOPOM V DVORANO OZ. V FITNES SE SAMO ŠE PREOBUJEMO. (DA JE V GARDEROBI MANJ LJUDI).**
  - **OB PRIHODU JE OBVEZNA REGISTRACIJA S ČLANSKO IZKAZNICO.**
  - **MED VADBO IN ODMORI OHRANJAMO MEDSEBOJNO RAZDALJO VSAJ 1,5M IN SI NE IZMENJUJEMO VADBENIH REKVIZITOV. UPORABLJAMO SAMO SVOJO BRISAČO!**
  - **VSI REKVIZITI, KI SE LAHKO OČISTIJO IN RAZKUŽIJO, MORAJO BITI RAZKUŽENI PRED VSAKO VADBO. ZA TO SKRBI OSEBJE.**
  - **MED VADBO UPORABLJAMO SVOJO BRISAČO, VELIKOSTI VSAJ 60 x 120 CM!**
  - **FITNES NAPRAVO PO UPORABI ZA SABO RAZKUŽIMO SAMI. PRAV TAKO, PREDNO ZAČNEMO Z VADBO NA DRUGI NAPRAVI LE-TO POBRIŠEMO S SREDSTVOM ZA DEZINFEKCIJO.**
  - **PO KONČANI VADBI ALI UPORABI FITNES NAPRAVE SI RAZKUŽIMO ROKE.**
  - **PROSTORE REDNO ZRAČIMO.**
  - **ŠPORTNI OBJEKT ZAGOTAVLJA REDNO IN USTREZNO ČIŠČENJE, RAZKUŽEVANJE IN ZRAČENJE PROSTOROV.**
  - **TUŠI NISO NA VOLJO DO NADALJNJEGA. KO BODO NA VOLJO, BO VSTOP OMEJEN.**

Imamo to!

