

Groepstraining met Coronamaatregelen

Uw veiligheid staat bij ons voorop.

De groepstraining kan veilig plaatsvinden als wij gezamenlijk het volgende doen:

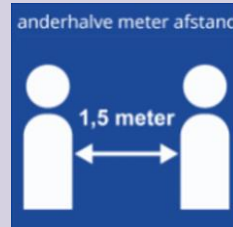


Aankomst en vertrek

Kom niet eerder dan 5 minuten voordat de afspraak begint.

Kom alleen, laat een begeleider/chauffeur buiten wachten.

Vertrek direct nadat de training is afgelopen.



Houd afstand

Houdt altijd 1,5 meter afstand, zowel bij binnenkomst, het gesprek als het vertrek.

Ook de stoelen staan minstens 1.5 meter uit elkaar.

Neem direct plaats op een stoel na binnenkomst



Blijf thuis bij

Neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest en koorts.

Blijf ook thuis als een gezinslid verkouden is en koorts heeft.

Heeft u een bewijs van een negatieve coronatest óf bent u 24 uur klachtenvrij? Dan mag u deelnemen aan de training.



Let op uw hygiëne

Was vaker je handen en gebruik papieren doekjes.

Schud geen handen.

Hoest en nies in binnenkant van de elleboog.

Oppervlaktes waar deelnemer en trainer aan zitten worden na de training gereinigd.



Tijdens de training

Er wordt geen drinken aangeboden.

Er vindt geen ademtest (CO-meting) plaats.



Mondkapjes

Er geldt een dringend advies op het gebruik van mondkapjes in openbare ruimtes. Tijdens de training, als iedereen zit, geldt dat advies niet en kan iedereen het mondkapje afzetten. Wij verzoeken u dit ook te doen.