[**Folkhälsomyndigheten**](https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/information-till-idrotts--och-traningsanlaggningar/)**anser att fysisk aktivitet är bra för folkhälsan och bedömer därför att all idrott och träning ska fortsätta.**

Vi på Sjöbo Fitness Center delar givetvis folkhälsomyndigheternas uttalande och har tagit fasta på dess rekommendationer och håller därför vårt träningscenter öppet helt i enlighet med [Folkhälsomyndighetens](https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/) och [Regeringens](https://www.regeringen.se/) regleringar.

**Information gällande Coronaviruset**

Med anledning av de nya restriktionerna som regeringen och Folkhälsomyndigheterna kom med den 16 november har Sjöbo Fitness Center uppdaterat sin handlingsplan med anledning av riskerna för spridning av Coronaviruset. Sjöbo Fitness Center tar den rådande pandemin på största allvar och följer kontinuerligt myndigheternas rekommendationer och beslut.

**Hur agerar vi på SFC**

Vi har utöver våra ordinarie städrutiner ökat frekvensen på städning där vi regelbundet torkar av ytor som vi vanligen berör.

Vi har säkerställt möjligheterna till en god handhygien.

För våra instruktörer och receptionister gäller att vid uppvisande av minsta symptom eller osäkerhet gällande sjukdom kommer personen i fråga inte befinna sig på SFC.

Våra pass har anpassats enligt rådande restriktioner. Max antal tränande är sju (7) plus en (1) instruktör.

Vissa av våra pass har kortats ner för att säkerställa att vi inte blir för många vid passbyte.

Vi har ökat tillgången till träning utomhus.

På SFC finns anslag med påminnelser om handhygien och att hålla avstånd.

Vi har markerat golvet i vår stora sal för att säkerställa att maximalt avstånd uppnås för dig som tränar.

Vi har ändrat om alla cirkel/stations-pass till att man är på samma plats med sina redskap för att undvika att dela redskap under passet.

**Vad vi förväntar oss av dig som tränar**

Stanna hemma även om du bara känner dig lite förkyld.

Kom inte in till SFC lokaler i onödan om du ska delta på våra ute pass.

Kom till SFC tidigast 10 min innan passet startar.

Var extra noga med handhygienen.

Sprita händerna när ni kommer till SFC och innan ni går in i träningssalarna.

Håll avstånd och visa hänsyn

Var extra noga med rengöring av träningsredskapen. Använd desinficerings medel samt torka av redskapen efter passet. Lämna redskapen i det skick som du vill att de ska vara när du kommer till oss och ska träna.

Undviker kroppskontakt med någon på anläggningen. Så som high five, ta inte i hand, klapp på axeln, fist bumps, kramar etc.

När passet är slut, stanna inte kvar i SFC lokaler i onödan.

Vi uppmanar alla som kan att duscha och byta om hemma.

Vi uppmanar alla att ta med egen matta på de klasser där vi använder träningsmatta.