

## Ny lokal forskrift for Covid-19 gjeldende fra 09.12.21

Det er på nytt innført en nasjonal forskrift som får konsekvenser for noen av våre medlemmer. Denne er gjeldende til 09 desember..

Kampsporthuset tolker den nye forskriften slik:

1. For medlemmer under 20 år gjennomføres timene som normalt, husk bare å bestille time på nettsiden.
2. For medlemmer over 19 år, er det en begrensning på 20 deltakere på timene.
3. Det er greit med kontakt så lenge stilen du trener krever det.
4. ALLE skal melde seg på timene, først til mølla prinsippet gjelder.
5. I fellesområder SKAL 1 meter avstand avholdes, bruk munnbind hvis ikke.

Minner igjen om:

**Alle** må melde seg på timene de skal delta på, enten gjennom nettsiden vår: (**kampsporthuset.ibooking.no**), eller ved å sende en epost til : **resepsjon @kampsporthuset.no**.

1. Føler du deg ikke 100% i form, stå over treningen i dag.
2. Klarer du ikke å overholde 1 meters regelen, **skal** munnbind benyttes.
3. Ta med innesko/sandaler som brukes fra inngang til matte.
4. Fyll drikkeflaske før du kommer på senteret.

Vi oppdaterer så snart ny informasjon foreligger.

Beste hilsen,

Instruktørene på Kampsporthuset