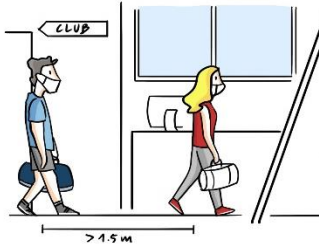


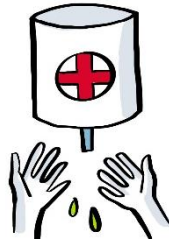


## SAMEN VEILIG SPORTEN

Na de nieuw aangekondigde maatregelen is sporten in het RailSport Fitcenter mogelijk en doen we dit op een veilige manier. We volgen de adviezen van het [RIVM](#) nauwkeurig op.



1,5 meter afstand houden



Was je handen regelmatig met water en zeep



Reinig de apparatuur na gebruik

## Hoe doen we dat in het Fitcenter

- ✓ Je hebt geen verkoudheidsklachten;
- ✓ Mondkapjes zijn verplicht, behalve tijdens het sporten;
- ✓ QR-code scan in de coronacheck app;
- ✓ Wacht bij smalle (door)gangen/wissel apparatuur even op elkaar;
- ✓ Klaar met sporten en omkleden? Blijf niet hangen maar verlaat het Fitcenter.

GEBRUIK ALTIJD EEN HANDDOEK TIJDENS HET TRAINEN



## Hoe gebruik je de apparatuur



- ✓ **Algemeen**  
Geef elkaar de ruimte. Laat waar mogelijk een vrij apparaat tussen beide sporters.
- ✓ **Hygiëne en reinigen**
  - Reinig de apparatuur na gebruik;
  - Gebruik je handdoek op de apparaten.

*Volg altijd de instructies van de instructeurs.*