

## Retningslinjer Team Danmark-styrketræningslokalerne ved Ceres Park, Aarhus

### OBS vedr. udlandsrejser:

*Atleter/trænere, der har været på udenlandsrejse, skal for at få adgang til grundtræningsfaciliteten og vores sportsklinik (fysioterapi og læge) i Brøndby og Århus fremvise en negativ PCR-test, som tidligst er foretaget på fjerdedagen efter indrejse til Danmark.*

*Team Danmark opfordrer til, at atleter som minimum overholder alle de nuværende danske corona-forholdsregler om smitteforebyggende adfærd under ophold i udlandet.*

Gældende retningslinjer for brug af Team Danmark-styrketræningslokalerne ved Ceres Park:

- maks. må være 20 personer i styrketræningslokalet
- maks. må være 10 personer i cardioloalet
- fra torsdag den 29. oktober skal der bæres mundbind fra man går ind i Sportens Hus og indtil man er kommet igennem kodedøren ind til styrketræning og fysioterapi eller ind i træningssalen.

I styrketræningslokalet samt cardio skal man holde 2 meters afstand til de øvrige udøvere i lokalet.

Husk at afspritte maskiner og udstyr efter brug.

Vi opfordrer til, at man kommer omklædt til træning. Omklædningsrummene vil stadig være åbne.

Her gælder det, at der maks. må være 5 personer i herrernes omklædning og 4 personer i damernes omklædning.

Hvis du er i tvivl om du er smittet med covid-19, eller udviser du symptomer på smitte, skal du ikke gå ind i lokalerne.

[Læs generelt om styrketræning i ESAA her](#)