
TÄHELEPANU

Sporditreeningud siseruumides on lubatud alates 18.05.2020. Individuaalsed jõusaali kasutajad registreeritakse isikut tõendava dokumendi või kuukaardi alusel.

Ruumis võib korraga viibida kuni 10 inimest, alates 01. juunist kuni 50 % ruumi tavapärasest täituvusest s.o. kuni 15 inimest. Registreeritud gruppitreeningute ajal individuaalkülastajad jõusaali kasutada ei saa.

Kõikide avalike ruumide, sh spordirajatiste kasutamine on keelatud, kui sul on viimase 14 päeva jooksul diagnoositud COVID-19 haigus või sa oled kokku puutunud kinnitatud COVID-19 haigestunuga või sul esinevad ägeda respiratoorse nakkushaiguse sümptomid (palavik, kuiv köha, hingamisraskused). Sportimine ükskõik millise viirus- või külmetushaigusega ei ole soovitatav.

Tuleb arvestada, et COVID-19 on viirus, mis levib inimeselt inimesele piisknakkuse kaudu, peamiselt kontaktis nakkusohtliku inimesega, kellel on nakkusele iseloomulikud sümptomid. Viirus võib levida ka saastunud pindadelt.

Jälgi hügieeni: pese käsi voolava sooja vee ja seebiga või kasuta desinfitseerimisvahendit. Higi pühkimiseks eelista kätepaberit. Kinnaste kandmine jõusaalis on tungivalt soovituslik.

Piisknakkuse leviku tõkestamiseks katta aevastades või köhides oma suu ja nina küünarvarre või salvrätikuga. Salvrätik ja teised isikukaitsevahendid visata kohe pärast kasutamist kaanega prügikasti ning pesta käed.

REEGLID!

Sportimist siseruumides reguleerib Kultuuriministeeriumi juhis:
Sporditreeningute korraldamine siseruumides 18. maist →



PEA MEELES!

- hoia distantsi
- viibi siseruumis võimalikult lühikest aega
- võimalusel kasuta viipemakset, väldi otsekontakti
- jõusaali kasutajal peab kaasas olema dokument või kuukaart
- pese regulaarselt käsi, ära puuduta nägu pesemata kätega
- puhasta pärast kasutamist inventar, kasuta ühekordseid puhastuslappe
- töötajatel on õigus külastajaid korrale kutsuda või paluda neil lahkuda, kui piirangutest ei peeta kinni või ei järgita juhiseid