



EKILIBRE PILATES ÅPNER IGJEN FOR PRIVAT- OG DUO-TIMER

I henhold til Helsedirektoratets regler under Covid-19 åpner vi for helsebringende en-til-en Pilatestimer fra og med 28. april. Vi vil ha en smittevernfyldig forsvarlig drift og legger til rette for at alle våre kunder skal føle seg trygge. Vær vennlig å legge merke til følgende:

- 1) Ingen Pilatesinstruktører vil komme på jobb dersom hun har symptomer som kan tyde på smitte og vil forlate studioet umiddelbart dersom symptomer skulle dukke opp.
- 2) Ingen kunder skal gis adgang til studio med symptomer eller mistanke om smitte. Kansellering av time kan skje på kort varsel uten kostnad i tilfelle slik mistanke.
- 3) All fysisk kontakt mellom kunde og instruktør, og mellom kundene skal unngås. Det vil ikke være mer enn én kunde inne på studio og det blir avsatt 15 - 20 minutter mellom hver kunde. Det blir ikke anledning for å komme inn på studio for å vente. Unntak: 2 personer fra samme familie kan ha duo-time.
- 4) Alle kunder bes om å ankomme studio i treningstøy og ha med egen drikkeflaske. Det blir ikke mulig å dusje på studio.

- 5) Ved inngangen til studio er det plassert en dispenser med håndsprit til alle kundene. Den skal brukes ved ankomst og etter endt time.

- 6) Alle Pilatesapparatene og annet utstyr vil bli rengjort og desinfisert mellom hver kunde, slik at alle skal kunne føle seg trygge under treningen.

- 7) Pilatesinstruktøren vil holde avstand til kunden under trening og i større grad vise øvelsene til fordel for berøring. Vi ber om forståelse for dette og samtidig til vi gjøre vårt ytterste for at kvaliteten på instruksjonen og treningen blir like god.

- 8) Lokalene vil rengjøres daglig og garderoben flere ganger daglig. Kunder vil ikke ha adgang til kontor/kjøkken.

- 9) Ingen instruktører som nå arbeider for Ekilibre Pilates tilhører risikogruppen og vi vil ikke bruke munnbind

- 10) Kontakt oss gjerne dersom du er bekymret eller har spørsmål.



VELKOMMEN TIL TRYGG OG HELSEBRINGENDE PILATES!