



Sjekkliste for smittevern i forbindelse med covid19

Innsendt	12.05.2020 13:15:28
ReferanselD	IFK224-1059890
Innsender	
Innsender av skjema	
Fornavn Odd-Karstein Borgen	Etternavn Solum
Adresse Dørndalsveien 366	
Postnr./sted 7100 RISSA	
Mobil 45800680	
Bedrift	
Organisasjonsnummer 921 222 467	
Organisasjonsnavn VIKING FITNESS AS	
Adresse Leiraveien 4	
Postnummer/-sted 7100 RISSA	

Sjekkliste

Beskriv virksomheten din og stedet for aktiviteten/driften

Viking Fitness er et selskap som Franchise treningssenter fra Sky Fitness. Dette er et rent treningssenter som jeg drifter selv.

Beskriv hvilke smittevern-tiltak dere har gjennomført

Tiltak personlig trening 1 til 1 Sky Fitness Rissa

- Kun personlig trening 1 til 1
- Kun 3 personlige trenere med kunder. Max 6 personer i lokalet samtidig
- Kundene vil bli orientert om at de ikke kan komme om de har noen tegn på corona-forkjølelses symptomer
- Kundene må vente på yttersiden av lokalet før de slippes inn til avtalt tidspunkt
- Dørene vil være stengt. Kun forhåndsavtale får komme inn
- Det vil bli tilrettelagt sprit ved inngang slik at kunden spriter hendene når de kommer inn. Det vil bli plassert flere spritposter ved området der kunden skal trene
- 1-2 meter avstand mellom kunder og personlig trener

- Det vil bli tydelig oppdelt treningssoner med god avstand avstand fra apparatene
- Omkleddningsrommene er stengt
- Vann-spring stengt
- Kundene må ha medbragt håndkle
- Kundene må ha medbragt vann
- Alt av brukte treningsutstyr skal vaskes-sprites umiddelbart etter bruk. Utstyr som ikke rekkes å vaskes til neste kunde blir satt i avgrenset området merket -skittent området-
- Det vil være minimum 15 minutter mellom hver kunde da det skal rengjøres godt mellom hver kunde
- Det vil bli gjort grundig vask av senteret hver dag
- Kundene vil bli grundig informert om tiltakene på forhånd

Dette er KUN en åpning for 1-1 der personlig trening med meg som eier/driver skal ha 1-1 kunder på personlig trening.

Skal dere servere/selge mat og/eller drikke?

- ☐ ja
☒ nei

Beskriv renholds-rutinene

En person leies inn for alt renhold.

- I denne perioden så vaskes alt av utstyr ned før og etter bruk + at vi vasker sentrert 1-2 ganger daglig.
- Vi har sterk såpe og antibac tilgjengelig.
- Vi har egen spesial såpe for vask av utstyr og apparater.

Har dere gjennomført kartlegging og vurdering av smitte-risiko?

- ☒ ja
☐ nei

Vil all aktivitet bli gjennomført etter anbefalingene fra offentlige myndigheter?

- ☒ ja
☐ nei

Vil all aktivitet gjennomføres etter anbefalingene for din bransje?

- ☒ ja
☐ nei

Har dere hengt opp plakater med smittevern-info og rutiner godt synlig for de som skal delta i din aktivitet/besøke din virksomhet?

- ☒ ja
☐ nei

Har dere sørget for tilstrekkelige muligheter for håndvask – eventuelt hånddesinfeksjon?

- ☒ ja
☐ nei

Har dere sørget for at deltakerne til enhver tid kan holde minst 1 meters avstand?

- ☒ ja
☐ nei