

1. 所有教練及學員均應遵守《預防及控制疾病(禁止羣組聚集)規例》(第 599G 章)及一切相關法例措施，包括禁止羣組聚集人數超過法律規定的人數。
2. 所有進入總會訓練中心(包括上落艇位置)的教練及學員必須配戴口罩，並在活動前後均應使用酒精搓手液清潔雙手。
3. 所有教練及學員必須於進入總會訓練中心之前量度體溫，任何人士拒絕接受體溫檢測、體溫高於攝氏 37.2 度、有發燒或呼吸系統疾病等症狀的人士將被禁止進入訓練中心範圍。
4. 所有教練及學員必須閱讀與新型傳染病有關的預防嚴重呼吸道疾病健康建議，並於訓練班當日填寫訓練中心出入記錄。
5. 所有教練及學員必須自備密實袋乙個以儲存使用中的口罩。
6. 請避免長時間停留在更衣室或洗手間內，所有學員必須於每節課程完結後 15 分鐘內離開訓練中心，尤其是午飯時間。
7. 所有教練及學員均應使用洗手液和水洗手，並至少搓手 20 秒。然後用水沖洗並用一次性紙巾擦乾。如果沒有洗手設施，應使用 70%至 80%的酒精搓手液清潔雙手亦是一種有效的選擇。
8. 上述措施由即日起實施直至另行通知。若教練及學員不遵守以上守則，本中心有權拒絕有關人士進入本中心範圍，或要求該等人士離開。
9. 訓練中心範圍內嚴禁飲食。