



03. februar 2014

## **FYSISK AKTIVITET I ARBEIDSTIDEN**

1. Trening i arbeidstiden har to hovedmål; å bidra til et godt arbeidsmiljø og til å styrke den ansattes helse. Trening i arbeidstiden skal som hovedregel gjennomføres som en felles organisert aktivitet, men kan når forholdene tilsier det gjennomføres individuelt. Innføring av trening i arbeidstiden skal drøftes med henblikk på dette i den enkelte enhet (institutt, seksjon, avdeling mv.) før ordningen innføres.
2. Ansatte ved NTNU kan benytte inntil en time pr. uke av arbeidstiden til trening. Treningen skal gjennomføres i løpet av normalarbeidstiden (08.00 – 15.45/15.00). Treningstid skal inngå i timeregnskapet som ordinær arbeidstid.
3. Uavhengig av om treningen foregår som felles organisert aktivitet, eller som individuell fysisk aktivitet skal nærmeste leder til enhver tid informeres om slik deltakelse. Transport til/fra jobb (sykkel, gange osv.) regnes ikke som trening i arbeidstiden.
4. Trening i arbeidstiden er en frivillig ordning.
5. Ordningen med trening i arbeidstiden starter f.o.m. uke 8 i 2014.02.25

Ordningen evalueres etter et år.