

HYGIENEKONZEPT Kleingruppentraining

<p>Komm gesund ins Studio... ... und bleib bitte bei Anzeichen von Fieber, Erkältung oder Grippe oder bei kurzfristigem Kontakt zu einer positiv getesteten Person zu Hause. Nutze unser Onlinetraining!</p>	<p>Maskenpflicht gilt während des gesamten Aufenthalts im Studio (Flur, Umkleide, WC, Trainingsräume), außer an deinem Trainingsplatz während des Trainings.</p>
<p>Komm bereits in Trainingskleidung und denk dran, dass die Umkleide während der Pandemie nur zum Ablegen von Jacken, Taschen etc. zur Verfügung steht. Es haben nur max. 3 Personen Zutritt.</p>	<p>Pünktlichkeit Um Staus zu vermeiden komm bitte 5 Minuten vor dem Termin und halte dich nach dem Training nicht unnötig lange auf.</p>
<p>Du bist mit Abstand die beste Kundschaft! Bitte halte konsequent einen Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen im Studio ein.</p>	<p>Hände waschen Bitte gründlich mindestens 20 – 30 Sek. mit Seife! Flüssigseife und Papierhandtücher stehen für dich bereit. Hände desinfizieren Bitte desinfiziere deine Hände beim Betreten und Verlassen des Studios. Dazu findest du Desinfektionsmittelspender vor.</p>
<p>kontaktlos... hands off! Der Unterricht läuft ausschließlich kontaktlos ab. Wir verzichten während der Pandemie auf taktile Hilfestellung.</p>	<p>Handtuchpflicht Bitte bring zum Unterlegen für die Matte ein großes Handtuch mit. Falls du dein Handtuch vergessen hast, kannst du ein Sporthandtuch mit Noppen und praktischer Tasche (1,80 x 60 cm) gerne bei uns erwerben.</p>
<p>Pausen und Lüften Wir bauen zwischen den Terminen 15 Minuten Lüftungspausen ein. Wenn die Außentemperatur es zulässt, lassen wir die Fenster auch während des Trainings geöffnet.</p>	<p>Flächendesinfektion Das Trainerinnenteam übernimmt gerne in den Lüftungspausen die fachgerechte Desinfektion von Matten und Trainingsgeräten. So findet jeder einen sicheren Trainingsplatz vor.</p>
<p>Teilnehmerbegrenzung Aufgrund der Abstandsregeln stellen wir während der Pandemie nur 4 Mattenplätze zur Verfügung.</p>	<p>Durst? Bitte bring dein eigenes Getränk mit. Wir verzichten der Umwelt zu liebe auf Einwegbecher.</p>

Danke für deine Unterstützung!