

HYGIENEKONZEPT Aus- und Fortbildung

<p>Komm gesund... ... und bleib bitte bei Anzeichen von Fieber, Erkältung oder Grippe oder bei kurzfristigem Kontakt zu einer positiv getesteten Person zu Hause.</p>	<p>FFP2-Maskenpflicht gilt während des gesamten Aufenthalts im Studio (Flur, Umkleide, WC, Trainingsräume), außer an deinem Trainingsplatz während des Trainings.</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>Räumlichkeiten Damit jedem einzelnen genügend Platz zur Verfügung steht, haben wir extra für deine Aus- und Fortbildung größere Ersatzräume angemietet. Bitte bring deine eigene Matte mit!</p>
<p>Umkleiden Damit der Mindestabstand von 1,5 m eingehalten werden kann, ist die Personenzahl begrenzt. Komm nach Möglichkeit bereits in Trainingskleidung!</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. Desinfektionsmittelpender stehen für dich bereit.</p>
<p>Hands off! Der Unterricht läuft ausschließlich kontaktlos ab. Wir verzichten während der Pandemie auf taktile Hilfestellung.</p>	<p>Handtuchpflicht Falls du keine eigene Matte mitbringen kannst, bring bitte zum Unterlegen für die Leihmatte ein großes Handtuch mit.</p>
<p>Pausen und Lüften Wir bauen alle 20 Min. 3 bis 5 Min. Lüftungspausen ein. Wenn die Außentemperatur es zulässt, lassen wir die Fenster im Trainingsraum auch während der Aus- und Fortbildung geöffnet. Im WC bleibt das Fenster konstant geöffnet.</p>	<p>Flächendesinfektion Sollten wir Kleingeräte benutzen, übernimmt die Ausbilderin gerne die fachgerechte Desinfektion.</p>
<p>Zeit für einen Snack? Bitte bring eigene Getränke & Snacks mit. Wir verzichten der Umwelt zu liebe auf Einweggeschirr.</p>	<p>Danke für deine Unterstützung! <i>Jetzt heißt's zammhaltn... damit wir auch in Corona-Zeiten viel Spaß und Freude am gemeinsamen Pilates Training haben!</i></p>