



HYGIENEKONZEPT

(Coronavirus SARS-CoV-2, Stand: 06.06.2020)



ALLGEMEINES

- Nutzer des Sportstudios werden durch mehrere Aushänge auf die geltenden Regeln hingewiesen.
- Mindestabstand von 1,50m im gesamten Studio auch in der Umkleide und im Nassbereich.
- Von jedem Trainierenden wird die Uhrzeit beim kommen und gehen erfasst, sowie eine Telefonnummer. Diese Liste wird nach vier Wochen vernichtet.
- Es muss stets ein eigenes, mitgebrachtes sauberes Handtuch untergelegt werden.
- Mitgliedern mit unspezifischen Allgemeinsymptomen sowie respiratorischen Symptomen wird das Training untersagt.
- Trainingsgeräte müssen nach jeder Nutzung desinfiziert werden. Hierfür sind ausreichend Stationen mit Einmalhandtüchern und Flächendesinfektionsmittel eingerichtet.
- Allgemeinflächen wie z.B. Türgriffe, Thekenfläche werden stündlich vom Personal desinfiziert.
- Es ist stets mindestens jedes zweite Fenster, für ausreichende Frischluftzufuhr, geöffnet.
- Kraftgeräte sind so angeordnet, dass der Abstand von Sitz zu Sitz mindestens 2,0 m beträgt.
- Bei den Ausdauergeräten muss entweder ein Gerät Abstand sein oder mindestens 2,0 m.
- Intensive Ausdauerbelastung ist untersagt, Ausdauergeräte dürfen zum Aufwärmen und zur Grundlagenausdauer genutzt werden.

UMKLEIDE- UND SAUNABEREICH

- Mindestabstand von 1,50m und Maskenpflicht.
- Sauna und Infrarotkabinen bleiben geschlossen.
- Die Spintschlüssel werden von uns ausgegeben und nach jeder Nutzung desinfiziert. Es stehen nur beschränkt Spinte zur Verfügung, um die Anzahl der Personen im Auge zu behalten.
- Kein Haartrockner
- Im Duschbereich dürfen sich max. 4 Personen gleichzeitig aufhalten, um den Sicherheitsabstand zu gewährleisten. Dabei darf immer nur 1 Person pro Duschkabine duschen.

KURSRAUM

- Jedes zweite Fenster ist stets geöffnet.
- Auf dem Boden werden Markierungen für Trainer und Teilnehmer mit mindestens 3m Abstand in alle Richtungen angebracht. Somit ist die Teilnehmerzahl beschränkt.
- Es werden nur Standortspezifische Kurse angeboten, wie z.B. Wirbelsäulengymnastik, Pilates.
- Kleineregeräte im Kursraum dürfen nur die benutzt werden, die nach jedem Kurs vom Personal desinfiziert werden können. Ansonsten müssen es selbst mitgebrachte Geräte sein.
- Es muss stets ein selbst mitgebrachtes Handtuch als Unterlage genutzt werden.
- Ein Kurs dauert maximal 1 Stunde, danach muss Mindestens für 15 Minuten gelüftet werden, bevor ein neuer Kurs stattfinden kann.

OUTDOOR KURSE

- Teilnehmer werden mit Namen und Telefonnummer erfasst.
- Es wird stets auf den Mindestabstand von 1,50m geachtet.

THEKEN KONZEPT

- An der Theke sind Schutzbereiche durch Plexiglas-Trennwänden.
- Kaffee darf nur an den Tischen verzehrt werden, nicht an der Theke. Pro Tisch maximal zwei Personen aus unabhängigem Hausstand.