

HYGIENEKONZEPT MEDI-FITNESS

[\(Quelle: Rahmenhygienekonzept Sport vom 20. Mai 2021, Az. H1-5910-1-28 und G54-G8390-2020/3996\)](#)

- **Click und Fit**
- Die Terminvereinbarung erfolgt automatisch beim Check-in und dem Ausfüllen der Meldeliste
- Es wird darauf geachtet das nie mehr als ein Trainierender pro 20qm Studiofläche anwesend ist.
- Die maximale Anzahl der Personen, die gleichzeitig anwesend sein dürfen beträgt 40. Diese Zahl wird stets kontrolliert.

- **Voraussetzungen für den Besuch unseres Studios bei Inzidenz über 50**
- **Geimpft:** Wer vollständig gegen COVID-19 mit einem von der Europäischen Union zugelassenen Impfstoff geimpft ist, dessen zweite Impfung min. 14 Tage zurückliegt und über einen Impfausweis verfügt
- **Genesen:** Wer über einen Nachweis hinsichtlich des Vorliegens einer vorherigen Infektion mit dem Coronavirus verfügt und dessen Genesung mindestens 28 Tage und nicht länger als 6 Monate zurück liegt
- **Getestet:** Wer über einen Nachweis eines PCR Test verfügt, der nicht älter als 48 Stunden ist oder eines Schnelltests der, von einer vom Öffentlichen Gesundheitsdienstes beauftragter Teststelle durchgeführt wurde und nicht älter als 24 Stunden ist. Ein mitgebrachter Selbsttest muss vor Ort unter Aufsicht durchgeführt werden.

- **Der Zugang wird verwehrt bei:**
- Personen mit unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere – z.B. Atemnot, Husten, Schnupfen
- Personen mit SARS-COV 2 typischen Symptomen wie Verlust des Geruchs- und Geschmackssinnes
- Personen die einer Quarantänemaßnahme unterliegen
- Personen mit Kontakt zu mit COVID-19 Erkrankten in den letzten 14 Tagen
- Personen mit SARS-COV 2 Infektion

- **Lüftungskonzept:**

- 30qm zu öffnende Fensterfläche zur bedarfsgeregelten Lüftung für ausreichende Frischluftzufuhr (regelmäßiges Stoßlüften)
- 6 Luftreiniger a 110qm Versorgungsfläche mit HePa 13 Filter, Xiaomi Mi3C
- Umkleide, WC und Duschbereich mit eigener Belüftungsanlage mit Frischluftzufuhr sowie 7qm Fensterfläche

- **Während dem Aufenthalt im Studio:**

- Es ist grundsätzlich eine FFP2 Maske zu tragen, außer bei der Sportausübung am Gerät oder beim Duschen. Die Maske darf nur am Gerät abgesetzt werden
- Nutzer des Sportstudios werden durch mehrere Aushänge auf die geltenden Regeln hingewiesen.
- Mindestabstand von 1,50m im gesamten Studio, Dusche, Umkleide, WC ist stets einzuhalten
- Es muss stets ein eigenes, mitgebrachtes sauberes Handtuch untergelegt werden.
- Trainingsgeräte müssen vor und 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.
- Kraftgeräte sind so angeordnet, dass der Abstand von Sitz zu Sitz mindestens 2m beträgt. Bei Geräten mit breiterem Bewegungsraum beträgt der Abstand mindestens 3m
- Bei den Ausdauergeräten muss entweder ein Gerät Abstand sein oder mindestens 3m.
- Intensive Ausdauerbelastung ist untersagt, Ausdauergeräte dürfen zum Aufwärmen und zur Grundlagenausdauer genutzt werden.

- **Kursraum: wenn wieder geöffnet**

- Ein Kurs dauert maximal 45 Min, danach muss Mindestens für 15 Minuten gelüftet werden, bevor ein neuer Kurs stattfinden kann.
- Kursteilnehmer müssen sich im Vorfeld telefonisch anmelden
- 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.
- Kleinegeräte im Kursraum dürfen nur solche 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.

- **Thekenbereich:**

- An der Theke sind Schutzbereiche durch Plexiglas-Trennwände angebracht.
- Es werden nur Hauseigene Trinkflaschen vom Personal befüllt.
- Getränk und Kaffee gibt es nur ‚To Go‘, Die Tische sind gesperrt.