

HYGIENE- VORSCHRIFTEN

- **Abstand halten!**
mindestens 1,5 Meter während des gesamten Aufenthalts
- **Duschen geschlosenn!**
- **Umkleiden eingeschränkt nutzbar!**
Dürfen nur zur Aufbewahrung von Wertgegenständen genutzt werden. Es darf sich maximal 1 Person in der Umkleide aufhalten.
- **Kein hochintensives Ausdauertraining**
- **Maskenpflicht**
im Eingangs- & Sanitärbereich
- **Hände waschen & desinfizieren**
vor dem Betreten des Fitnessstudios, vor und nach jedem Training und nach jedem Toilettengang
- **Regelmäßige desinfektion der Geräte durch Mitarbeiter**
- **Getränkeausgabe** durch Personal
- **Einhaltung der Hygieneregeln beim Husten & Niesen**
- **Verpflichtender Check-In & Check-Out** (Infektionskette)
- **Geräte desinfizieren** nach jedem Training gründlich
- **Nur zum Training erscheinen wenn du dich fit und gesund fühlst.**
Informiert euch bitte bevor ihr zum Training erscheint ob ihr einer Risikogruppe angehört oder ob ihr Kontakt zu Personen habt die einer Risikogruppe angehören.