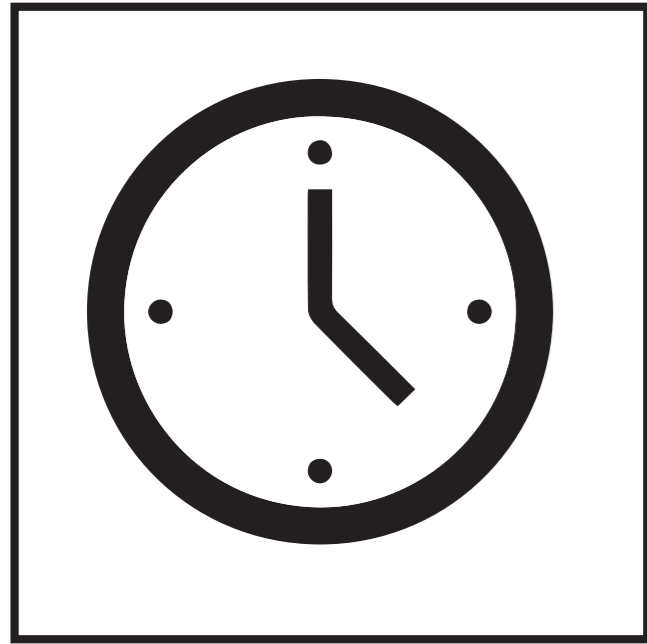


UNSERE SPIELREGELN



Bitte beachten Sie die Einhaltung folgender Regeln ohne Ausnahme



Raumbelegung

Damit es aber fair bleibt organisieren wir alle Kunden in Time-Slots. So können wir die Menge der anwesenden Menschen begrenzen, kontrollieren und sicherstellen, dass keine Mischung stattfindet. Sie trainieren immer mit den selben Personen.

Während der Lockdown-Phasen ist das normale Training untersagt.



Maskenpflicht

Im gesamten Haus besteht zu jederzeit für Mitarbeiter und Gäste eine Maskenpflicht. Wir nehmen unsere Verantwortung als Gesundheitszentrum sehr ernst.

Mitarbeiter tragen zugelassene FFP2 oder KN95 Masken. Visire sind nicht als Maske zugelassen.

Bei Symptomen einer Atemwegsinfektion ist ein Zutritt untersagt.



Hände waschen und desinfizieren

Bei Betreten des Hauses und bei Betreten der Trainingsfläche sind die Hände zu desinfizieren oder zu waschen.

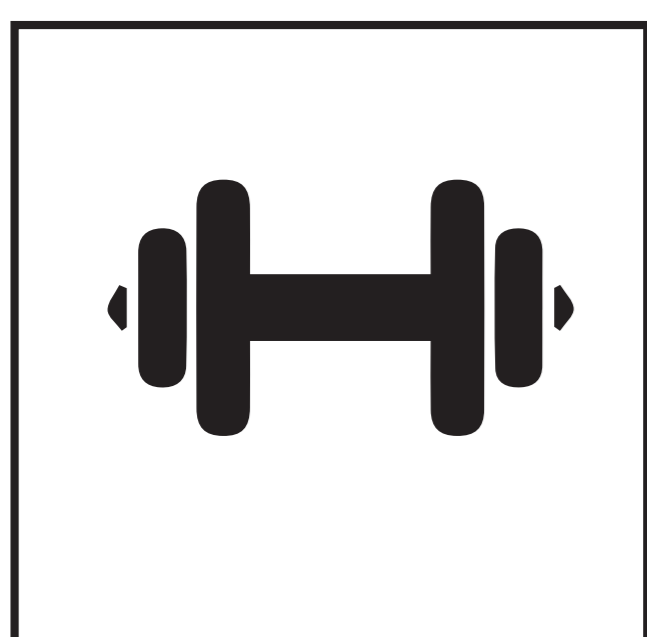
Desinfektionsmittel, das mindestens „begrenzt viruzid“ leistet, wird an den Zugängen zu Räumen und Sanitäranlagen zur Verfügung gestellt.



Spindnutzung/ Umkleide

Die Nutzung der Umkleiden, Duschen und Spinde ist im Lockdown untersagt, ansonsten auf maximal eine Person begrenzt.

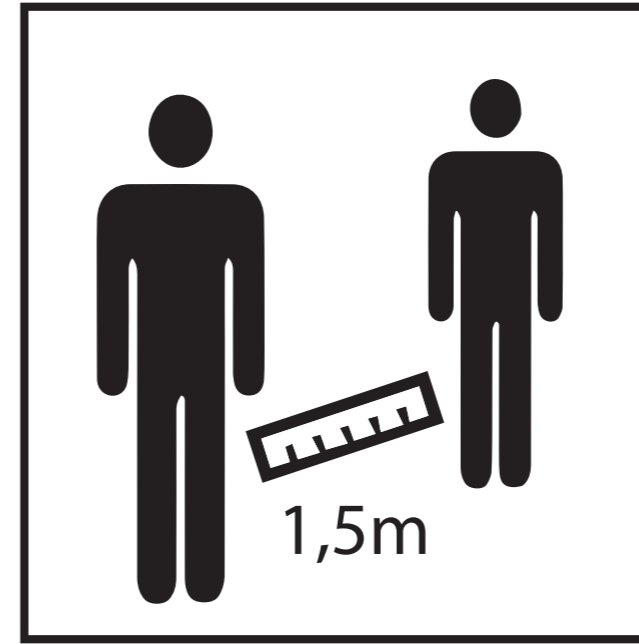
Die Kabine wird stündlich durch das Trainerteam desinfiziert.



Gerätetraining / Handtuchpflicht

Durch die Einhaltung der Abstandsregel sind die Geräte neu angeordnet. Das anwesende Trainierteam kontrolliert die Abstände.

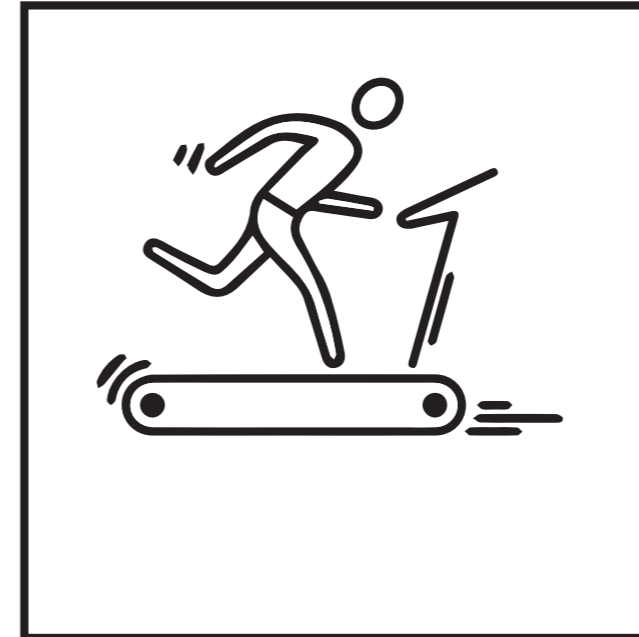
Es besteht Handtuchpflicht.



Abstand halten

Zu jeder Zeit ist zu jedem Menschen ein Abstand von 1,5 m einzuhalten.

Das anwesende Trainerteam fordert die Einhaltung des Abstandes kompromisslos ein. Abstandsmarkierungen auf dem Fußboden helfen die Abstände, insbesondere in Wartesituationen, einzuhalten.



Cardiotraining

Es steht nur eine reduzierte Auswahl an Cardiogeräten zur Verfügung. Ein intensives Ausdauertraining ist untersagt um starke Aerosolbildung zu verhindern.

Das Trainerpersonal wird Trainingsteilnehmern mit einer offensichtlichen Anstrengung sofort das weitere Training am Cardiogerät untersagen.



Desinfektion

Alle benutzten Geräte und beweglichen Gegenstände sind nach Nutzung in den Kontaktflächen sofort zu desinfizieren. Sitzflächen werden nicht desinfiziert.

Das weitere Training ist erst möglich, wenn die Desinfektion abgeschlossen ist.

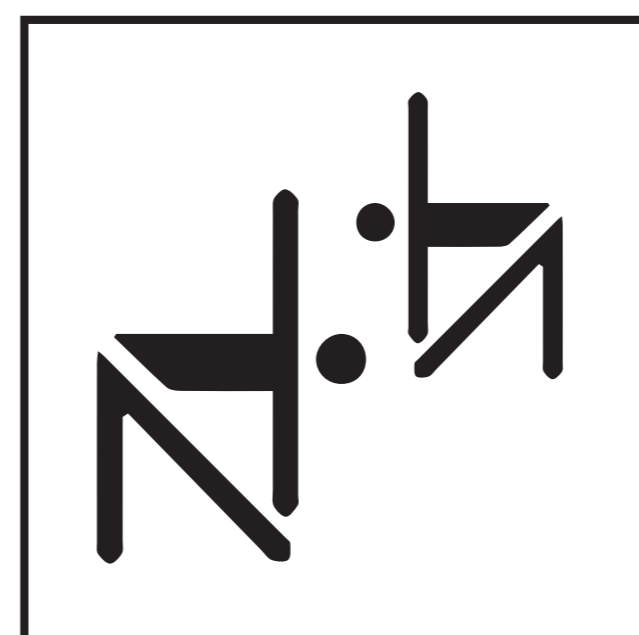
Das Trainerteam reinigt mehrfach am Tag Türklinken und sonstige Gebrauchsflächen.



Getränke im Training

Die Nutzung der Getränkeanlage in Waldbröl ist zur Selbstbedienung gestattet.

Eigene Getränke dürfen in geeigneten Plastikflaschen mitgebracht werden.



Kurse

Ohne angeordneten Lockdown finden unsere Kurse statt. Es darf nur Material verwendet werden, das der Kunde selber mitbringt. Sportmatten können käuflich erworben werden.

Es findet ein alternatives Online-Programm statt. Anmeldung unter www.allezusammen.eu

STAND 8.1.21

ALLE. ZUSAMMEN

GEMEINSAM AKTIV

www.allezusammen.eu