

TRAININGSORDNUNG GERÄTE-FIT

- Bitte kommen Sie **nicht** zum Training, wenn Sie grippe- oder erkältungsähnliche Symptome aufweisen oder sich nicht wohl fühlen.
 - Wenn Sie zur Risikogruppe gehören, und sich nicht sicher sind, bitte lassen Sie sich von Ihrem behandelnden Arzt beraten.
 - Beachten Sie bitte die allgemeine Hust- und Niesetikette.
 - Wir als Studioleitung und unsere Trainer können nur das Infektionsrisiko durch Maßnahmen und Verhalten minimieren, aber haben Sie bitte Verständnis, dass wir keinerlei Aussagen bzgl. Ihrer individuellen Risiken vornehmen dürfen, wenn Sie diesen Kurs besuchen.
 - Kommen Sie, wenn möglich, bereits **fertig umgezogen** zum Training. Meiden Sie bitte zu Ihrem eigenen Schutz unsere Umkleieräume.
 - Umkleidekabinen sind nur im Einzelfall nutzbar, für Kunden, die z. B. direkt nach der Arbeit kommen. Bitte nur max. 4 Personen. Halten Sie bitte 1,5m Abstand.
 - Beim Betreten des Studios bzw. der jeweiligen Trainingsräume empfehlen wir, vor allem **vor jedem Training**, an den Desinfektionsstationen die **Hände zu desinfizieren**.
 - **Kein Mund-Nasenschutz-Pflicht beim Training**
 - Die **max. Teilnehmerzahl im Geräteraum sind 10 Personen**, was bereits vor der Krise nie überschritten wurde. Trotzdem: je weniger desto besser. Nutzen Sie deswegen bitte auch die nahezu nicht benutzten Zeiten 12:30 – 15:30 Uhr und ab 19:00 Uhr.
 - Bitte betreten Sie den Geräteraum **nur** durch den Haupteingang.
 - Da wir gewollt nur wenige Kunden haben, müssen wir Ihre Trainingszeit zeitlich nicht einschränken, wie es größere Fitnessstudios tun müssen.
 - Die mit einer **roten Markierung** gekennzeichneten Geräte dürfen **nicht benutzt** werden, wenn links oder rechts davon ein Gerät in Betrieb ist. Ist ein Gerät in Betrieb dürfen die Geräte links und rechts daneben nicht benutzt werden. So gewährleisten wir einen **Sicherheitsabstand über 1,5m** und bitte bedenken Sie, 1,5m ist der Mindest-Sicherheitsabstand, je mehr, desto besser.
 - Nach dem Training bitten wir Sie **einzel**n, mit dem nötigen Abstand den Trainingsraum **zügig** zu verlassen.
 - Duschen müssen laut Verordnung noch geschlossen bleiben.
 - Uns ist bewusst, dass zu viele Regeln nicht unbedingt schön sind, aber helfen Sie uns, Ihre Gesundheit und die der anderen zu schützen.
- 👉 Bleiben Sie gesund!