

Unser Hygienekonzept

FÜR EIN SICHERES TRAINING IN ANLEHNUNG AN DAS RAHMENHYGIENEKONZEPT
6. BAYIFSMV VOM 19. JUNI 2020

MINDEST- ABSTAND

Im gesamten Studio ist ein Mindestabstand von 1,5 Meter zwischen Personen einzuhalten, auch beim Betreten und Verlassen.

MASKEN- PFLICHT

In den Kursen besteht KEINE Maskenpflicht.
Im Eingangs- & Sanitärbereich ist jedoch ein geeigneter Mund-Nasenschutz zu tragen.
Erst wenn du Deinen Platz im Kursraum eingenommen hast, darfst Du Deine Maske abnehmen.

KRANKHEITS- SYMPTOME

Bei den geringsten Anzeichen einer Erkrankung möchten wir Dich bitten, nicht zum Training zu kommen. Insbesondere Personen mit akuten respiratorischen Symptomen jeglicher Schwere, unspezifischen Allgemeinsymptomen und Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen sind vom Training ausgeschlossen.

HAND- HYGIENE

Bitte wasche in regelmäßigen Abständen Deine Hände gründlich bzw. desinfiziere sie mit den ausreichend zur Verfügung gestellten Reinigungs- & Desinfektionsmitteln.



**SPORT-
BEKLEIDUNG**

**Erscheine bitte bereits in Sportkleidung zum Training.
Wir stellen keine Umkleidemöglichkeit zur Verfügung.
Wertgegenstände wie immer zu Hause lassen!**

**RAUMDURCH-
LÜFTUNG**

Unser Kursraum steht vor, während und nach der Kursstunde unter Frischluftzufuhr.

KURSFORMATE

Um für ausreichend Belüftung und Sauerstoffaustausch zu sorgen, gibt es zwischen den Kursstunden eine mind. 20 minütige Lüftungs- & Reinigungspause.

**DOKU-
MENTATION**

Aufgrund der Vorgaben dokumentieren wir die Anwesenheit aller Kursteilnehmer mittels unserer Studiosoftware.



**GRUPPEN-
STÄRKE**

**Um den
Mindestabstand und
ein sicheres Training
zu gewährleisten,
wurden die
Teilnehmerzahlen
begrenzt.**

KORREKTUR

**Bis auf Weiteres gibt es
keinen direkten Kontakt,
also auch keine Korrektur
am Kunden.
Dein Trainer hilft Dir
aber natürlich verbal,
von "der Ferne" aus.**

INTENSITÄT

**Um eine übermäßige
Aerosolbelastung zu
vermeiden sind alle
Trainer angehalten, nur
in mäßiger Intensität zu
unterrichten.**

MARKIERUNG

**Im Kursraum befinden
sich Boden-
markierungen, die Dir
zeigen, wo Dein Platz ist.
Bitte halte die
Markierungen und somit
die Abstände ein.**



DESINFEKTION

Um Dir ein sicheres Training zu gewährleisten, werden die verwendeten Kleingeräte von unserem Personal nach jedem Einsatz gereinigt und desinfiziert. Willst Du Dein Kleingerät vorab selbst noch desinfizieren, stehen Dir unsere Desinfektionstücher zur Verfügung.

MITZUBRINGEN

Bitte bringe zu jeder Kursstunde Deine eigene Matte und Dein eigenes Getränk sowie ein großes Handtuch mit! Es sind keine Straßenschuhe im Kursraum erlaubt, nur saubere indoor Turnschuhe. Mund-Nasen-Schutz nicht vergessen.

HYGIENE- PRODUKTE

Es stehen Dir ausreichend Waschgelegenheiten, Flüssigseife, Desinfektionsmittel und Einmalhandtücher zur Verfügung. Bitte achte auf ein ordentliches Maß an Hygiene.

NIES- & HUSTETIKETTE

Alle Personen sind angehalten auf die sogenannte Nies- & Hustetikette der BZgA zu achten. Es ist demnach in die Armbeuge zu niesen/husten und darauf zu achten, dass man sich nicht ins Gesicht fasst oder die Augen reibt.



Vitality & Fitness
Gruppenfitness

SCHULUNGEN

Alle Trainer werden regelmäßig über allgemeine und spezifische Hygiene- & Verhaltensvorschriften informiert und geschult.

Kunden werden durch Aushänge, Social Media und Homepage über aktuelle Vorschriften informiert.

NOTWENDIG- KEIT

Wir möchten an dieser Stelle auch nochmal auf die Notwendigkeit der Einhaltung aller Sicherheitsmaßnahmen ausdrücklich hinweisen. Bei Nichteinhaltung wird konsequent vom Hausrecht Gebrauch gemacht.

FRAGEN?

Solltest Du noch Fragen haben, einfach Kontakt aufnehmen. Wir helfen gerne weiter:
E-Mail an:
info@vitality-and-fitness.de
oder Anruf
0151 21235774

WWW.VITALITY-AND-FITNESS.DE