

dritter Teil (Ergänzung): Corona Schutzmaßnahmen Verhaltensregeln für unsere Mitglieder

- Betrete das Studio nur, wenn du dich gesund fühlst
- nehme Rücksicht und halte während deines gesamten Aufenthaltes einen Mindestabstand von 2 Metern ein (teilweise ist nur jedes 2. Gerät zu benutzen)
- Desinfiziere dir vor- und nach dem Training die Hände
- Check in: 1. trage deinen Schlüssel
2. lesbaren Namen und
3. **NEU: Uhrzeit** von - bis (z.B.14 -15:30) ein
- Umkleiden und Schließfächer dürfen jetzt wieder genutzt werden. Max. 3 Personen im Raum.
- Trage nicht zu knappe Sportsachen (mind.1/2 Arm+Bein)
- Duschen darf in rascher Form wieder stattfinden
- **sämtliche Kontaktflächen** an Sportgeräten, Griffen, Spinde oder sonst. Ablagen müssen nach Gebrauch gereinigt / desinfiziert werden
- Zum Training an den Geräten kannst du deshalb auch Einmal- oder andere geschlossene Handschuhe tragen (**Kontaktfrei ist wichtig**).
- Nutze beim Training ein großes Handtuch, dass Sitz- und Liegeflächen bedeckt
- Bleibe im Kursraum auf deiner Platz Markierung und decke die Matte mit einem **großen Handtuch** ab.
- Wir bitten dich um Verständnis, dass die Kurse im Moment „entschärft“ in Intensität + Zeit, bzw. dass die Spinning Stunden im Moment noch nicht wieder drinnen stattfinden dürfen. Ab + zu werden wir deshalb Outdoor Spinning anbieten (Liste liegt aus).

Wir hoffen weiter auf EUER Verständnis!

ZUSAMMEN schaffen wir das!!!

Dein Vera Fit Team

Stand 10.06.20