

Verhaltens- und Hygieneregeln für den Kursbetrieb

Das Konzept steht in Übereinstimmung mit allen aktuell bekannten Hygienestandards und wird ggf. weiter angepasst. Zusätzlich finden alle Maßnahmen, die in Verbindung mit der aktuellen COVID-19 Pandemie stehen im Konzept Anwendung.

Alle Regeln und Vorschriften sind strikt von Mitgliedern, Kursteilnehmern Gästen und vom Personal einzuhalten.

- Kommt bitte nur zum Training, wenn Ihr keinerlei Erkrankungssymptome habt.
- **Bitte vor und nach dem Training Hände waschen** oder desinfizieren (**Waschbecken vor den WC**) Direkt am Eingang ist alternativ ein Spender zur Händedesinfektion montiert. Auch am Notausgang des Kursraums steht eine Desinfektionsmöglichkeit zur Verfügung.
- Bitte kommt bereits umgezogen und erst kurz vor Kursbeginn (**max. 10 Minuten** vorher).
- Der Mindestabstand zu anderen Personen von 1,50 Meter soll, soweit es möglich ist, eingehalten werden. Beim Training, im Flur und im Treppenhaus. Wenn Ihr auf dem Parkplatz feststellt, dass sich schon einige Teilnehmer im Treppenhaus befinden, dann wartet bitte mit dem Eintreten noch kurz ab.
- Kontakte sind auf ein Mindestmaß zu beschränken. Auch ohne Bodenaufkleber bitte ich Euch, im Kursraum untereinander 1,50 Meter Abstand zu halten und den Platz direkt vor dem Trainerpodest frei zu lassen.
- Bitte bringt ein sehr großes Handtuch für die Matte mit.
- Das Tragen einer Maske wird zwar empfohlen, ist aber bei uns keine Pflicht. Aus gesundheitlichen Gründen lehne ich beim Sport Masken zwingend ab.
- Die Belüftung muss gewährleistet sein. Bitte ggf. wärmere Kleidung tragen und/oder einen Platz vom Fenster entfernt wählen, so dass die Fenster während der Kurse (zumindest teilweise) geöffnet bleiben können.
- Die Kurseinheiten wurden teilweise gekürzt und mit größeren Pausenzeiten zum Lüften angepasst.
- Eure Daten bezügl. der Trainingszeiten müssen gespeichert werden. Deshalb gibt es aktuell keine spontanen Einzelbuchungen oder Tauschmöglichkeiten.