



Hygieneregeln

1.

Bitte tragt beim betreten des STUDIOS, sowie bei der An- und Abmeldung, eine Mund-Nasenmaske!
Vor dem Training müsst Ihr Euch an der Rezeption anmelden und beim Verlassen des Studios wieder abmelden. Bitte die Trainingsräume und Umkleiden nicht unaufgefordert betreten!

HINWEIS:

*Die zulässige Anzahl der zeitgleich im Studio trainierenden Mitglieder ist begrenzt!
Auf unserer Internetseite findet Ihr zur Orientierung eine Anzeige der zeit-echten Auslastung. Bitte informiert Euch dort bevor Ihr zum Training kommt!*

2.

Desinfiziert Euch bitte die Hände nach dem Eintreten ins Studio.

3.

Bitte kommt in Sportkleidung zum Training.
Das Umziehen und Duschen ist nicht erlaubt!

4.

Alle Geräte nach der Benutzung unbedingt desinfizieren.

5.

Ein **großes** Handtuch ist Pflicht!
Wir dürfen Euch keine Handtücher ausleihen!!

6.

Immer 1,5 m Abstand zu einer anderen Person einhalten.

7.

Intensives Ausdauertraining ist untersagt.
Die Cardio-Geräte nur zum „Warm-up“ benutzen.

8.

Gesperrte Geräte dürfen keinesfalls benutzt werden.

9.

Kleingeräte, wie Tubes, Matten ect. müssen
-auch zu den stattfindenden Kursen- selber mitgebracht werden.

10.

Kurse werden mit einer geringeren Teilnehmerzahl stattfinden können.
Ausgenommen davon ist Indoor Cycling. Das ist leider nicht zulässig!