

Corona Studioregeln

Liebe Mitglieder,

Wir setzen alle notwendigen Massnahmen der amtlichen Infektionsverordnung um. Für den Zutritt zum Studio gelten die 3-G Regeln (Geimpft, Genesen oder Getestet) Der Antigen Test darf maximal 24 Stunden alt sein. Dieser darf auch als Selbsttest direkt mitgebracht und bei uns durchgeführt werden.
Der PCR Test darf bis maximal 48 Stunden alt sein.

- Im Umkleidebereich ist darauf zu achten, gilt generell Maskenpflicht.
- Im Duschbereich sind diejenigen Duschen frei gegeben, welche einem Mindestabstand von 1,5 Metern entsprechen.
- Die Saunen sind im Betrieb. Hier ist ebenfalls beim betreten des Ruhebereiches die Maskenpflicht einzuhalten. In der Sauna selbst ist keine Maskenpflicht. Im Ruheraum und in der Sauna ist die Personenanzahl beschränkt. Bitte beachten Sie die Hinweise dafür.
- Unsere Fitnessgeräte haben einen Mindestabstand von 1,5 Meter zueinander. Einzelne Geräte können dadurch noch nicht genutzt werden, diese sind entsprechend gekennzeichnet. Vor und nach Gerätebenützung sind diese mit den dafür vorgesehenen Desinfektionsreinigern zu desinfizieren. Wir empfehlen zusätzlich Trainingshandschuhe zu tragen.
- Im ganzen Studio sind Desinfektionsreiniger vorhanden.
- Wir haben eine der modernsten und leistungsstärksten Klimaanlage. Spezielle Schadstofffilter sorgen permanent für gereinigte Frischluft. Die Klimaanlage leistet eine Frischluftzufuhr vom 30-fachen der benötigten Frischluftmenge.
- Unsere Reinigungsfirma reinigt das Studio jede Nacht mit hochwertigen Krankenhausdesinfektionsmaterialien. Zusätzliche machen wir alle 20 Minuten einen Desinfektions- und Reinigungscheck.
- Eintritt ins Studio bitte jeweils nur einzeln und mit Mundschutz FFP2 oder medizinischer Maske. Bitte Bodenmarkierungen beachten.
- Beim Eintritt ins Studio sind die Hände zu desinfizieren.
- Es ist darauf zu achten, 1,5 Meter Abstand zur nächsten Person einzuhalten.
- Personen mit akuten respiratorischen Symptomen sowie Krankheitsgefühlen jeglicher Schwere sind vom Sportbetrieb ausgeschlossen.
- Im Eingangsbereich, Umkleidebereich, Toiletten und Durchgänge ist Maskenpflicht.

- Im Trainingsraum an den Geräten sowie Kursraum ist **keine** Maskenpflicht!
- Geräte, Bänke sowie Hanteln müssen vor uns nach Benützung desinfiziert werden.
- Im Hantelbereich muss die Bodenfelder-Einteilung beachtet werden.
Pro Feld nur 1 Person.
- Geräteauflagen müssen mit einem Großen Handtuch belegt werden.
- Im Kursraum sind Bodenfelder markiert. Diese dürfen während des Kurses nicht überschritten werden.
- Im Kursraum muss ebenfalls ein Großes Handtuch zur Abdeckung der Trainingsmatten benützt werden.
- Zwischen den Kursen ist eine Pause von 15 Minuten. Dies dient zur Reinigung und zur Vorbereitung für den nächsten Kurs.
- Der Kursraum darf erst betreten werden, wenn alle vorigen Teilnehmer den Kursraum und Vorbereich verlassen haben.
- Bitte beachten Sie auch hier die Abstandsregel von 1,5 Meter zu anderen Personen.
- Kleingeräte im Kursbereich müssen vor und nach Kurs von jedem Teilnehmer/in desinfiziert werden.

Wir freuen uns auf Euch.