

## **dos & don'ts // Hygieneregeln**

**WICHTIG WICHTIG WICHTIG!** Wenn du Krankheitssymptome verspürst und / oder Kontakt mit einer infizierten Person hattest oder eine Person, die in einem Risikogebiet war, dann bleib zum Schutz aller unserer Kunden und Mitarbeiter zu Hause!

**AN ALLE AUSFLÜGLER & URLAUBSRÜCKKEHRER** → kein Training nach Rückkehr aus einem Risikogebiet für mindestens 2 Wochen, außer es liegt ein negativer Corona-Test vor!

**Desinfiziere** deine Hände vor dem Training. Im ganzen Studio hängen Desinfektionsmittelpender aus. Bitte nutze diese!

Bitte beachte die Hust- und Niesetikette

Bitte bringe deinen **Mund-Nasen-Schutz** mit und habe ihn griffbereit um ihn auf den Verkehrsflächen tragen zu können, wenn du die 1,5 Meter Abstand nicht einhalten kannst

Halte den **Mindestabstand** zwischen Personen (vor allem beim Warten auf den nächsten Kurs, in der Umkleidekabine, der Dusche, beim Gespräch im Studio...) bitte unbedingt ein.

**Desinfiziere mit Verstand.** Reinige die Geräte mit einem Desinfektionstuch so viel wie nötig und so wenig wie möglich. Dein Sportpark Team macht zusätzlich regelmäßige Hygienerundgänge.

**Wir lüften regelmäßig** laut unserem Hygieneplan (Stoßlüften). Bitte bringe dir für die kälteren Tage ein Jäckchen mit. Wir möchten Dich bitten, nicht eigenmächtig Türen & Fenster zu öffnen bzw. die Heizungen zu verändern.

Bitte nutze **ausreichend große Handtücher** → **180 x 60cm** auf den Geräten/im Kursbereich. Bringe, wenn möglich, deine eigene Matte mit.

Bitte behalte es weiterhin unaufgefordert bei, dich **selbstständig ein- und auszuchecken und dich bei den Kursen anzumelden!**

**Vielen Dank an alle die sich so vorbildlich an die Vorgaben halten.**