

NEUE VERHALTENSREGELN BEIM GERÄTETRAINING AB 01.07.2020

Desinfizieren Sie vor Betreten des Gerätebereichs ihre Hände und tragen Sie Ihre Trainingsnummer mit der aktuellen Uhrzeit in die ausgelegte Liste. Verfahren Sie beim Verlassen des Gerätebereichs genauso.

Um die Corona-Vorgaben der Landesregierung zu erfüllen (Verordnung vom 25.06.2020), bitten wir auch Folgendes zu beachten und umzusetzen:

- Kommen Sie nur zum Kurs, wenn Sie **keine Symptome** eines Atemwegsinfekts oder erhöhte Temperatur aufweisen. Außerdem gilt auch ein Betretungsverbot, wenn Sie in Kontakt zu einer SARS-CoV-2 infizierten Person stehen oder in den vergangenen 14 Tagen standen.
- Tragen Sie im Gesundheitszentrum Ihre **Mund-Nase-Bedeckung**. Ziehen Sie diese erst ab, wenn Sie im Geräte-Bereich sind und dauerhaft genügend Abstand zueinander einhalten können.
- Der Umkleide-/WC-Bereich darf wieder von einer Person gleichzeitig genutzt werden. Der Aufenthalt ist zeitlich auf das unbedingt erforderliche Maß zu beschränken. Am besten kommen Sie bereits in Sportkleidung, so dass nur noch ein Schuhwechsel erforderlich ist. Die Duschen bleiben weiterhin geschlossen.
- Halten Sie stets den vorgeschriebenen Mindestabstand von 1,5 m zu den anderen Trainierenden ein. **Vermeiden Sie intensive Unterhaltung!**
- Starten Sie an einem freien Trainingsgerät und wechseln Sie dann nach jedem Durchgang (also nach einer Minute Aktivität) im Uhrzeigersinn ans nächste Gerät.
- Desinfizieren Sie die Handgriffe der Geräte vor der Nutzung oder tragen Sie (Rad-)Handschuhe
- Decken Sie Sitzfläche, Rückenlehne und Matte stets mit einem **großen** Handtuch ab!

Wir freuen uns, dass wir schrittweise zu einem normalen Trainingsbetrieb zurückkommen, bleiben aber weiterhin in Ihrem und unserem Interesse vorsichtig.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Ihr GEA Team