

Trainingsregeln während der Corona-Zeit:



- Beim Betreten und Verlassen des Studios bitte die **Hände desinfizieren**.
- Umkleiden dürfen nur einzeln genutzt werden. Bitte erscheint, wenn möglich, schon in euren **Trainingsklamotten**.
- Toiletten, Schließfächer sowie Massagestühle und die Sonnenbank **dürfen** unter Einhaltung der Hygienevorschriften **genutzt** werden.
- Bei Krankheitssymptomen bitte zu Hause bleiben.
- **Niesen oder Husten** bitte in ein Taschentuch oder in **die Armbeuge**.
- Der Mindestabstand von **1,5m** ist dauerhaft einzuhalten.
- Die Geräte werden **regelmäßig desinfiziert**. Zusätzlich stehen euch Einmalhandschuhe zum zusätzlichen Schutz zur Verfügung.
- Bitte bringt ein **großes Handtuch**, zur Abdeckung der Trainingsgeräte, mit.
- Das Tragen einer Maske wird von der Landesregierung empfohlen jedoch braucht ihr während des Trainings keine Maske zu tragen.
- Getränke bitte in einer **Trinkflasche selber mitbringen**, da wir aus hygienischen Gründen keine Getränke anbieten dürfen.
- Kurse finden weiterhin statt mit **max. 3 Personen**. Der Yogakurs ist auf **5 Personen** begrenzt. (Den aktuellen Kursplan findet ihr auf der Homepage)

Desinfektionsmittel steht für Euch bereit.

Euer GesundheitsClub Vitalis – Team