
Hygieneregeln Gruppentraining

- ✓ Die Anzahl der gleichzeitig Trainierenden muss auf Grund der Abstandsregeln und der Rechtsvorschrift auf 10 Personen begrenzt werden. Wir bitten Sie, sich vorab im Reha Fit Schaumberg telefonisch unter der Telefonnummer 06853 913512 anzumelden.
- ✓ Im Gebäude des Reha Fit muss eine Schutzmaske getragen werden (Fluren, sanitären Anlagen usw.).
- ✓ Während des Trainings darf die Schutzmaske abgenommen werden.
- ✓ Kursteilnehmer/Innen mit Symptomen einer Atemwegsinfektion dürfen nicht trainieren.
- ✓ Kursteilnehmer (m/w/d) müssen sich vor Betreten des Kursraumes die Hände waschen oder desinfizieren.
- ✓ Kursteilnehmer (m/w/d) müssen ihre Kontaktdaten, sowie den Zeitpunkt des Betretens und Verlassens des Kursraumes angeben, um eine Kontaktpersonenverfolgung zu ermöglichen. Kursteilnehmer(m/w/d) die nicht zur Einhaltung dieser Regelung bereit sind, dürfen nicht am Kurs teilnehmen.
- ✓ Ein intensives Training sollte aufgrund der Aerosolbelastung vermieden werden oder im Freien stattfinden.
- ✓ Der **Mindestabstand** von **1,50 Meter** muss zu den anderen Trainierenden und den Mitarbeitern eingehalten werden.
- ✓ Das Unterlegen von selbst mitgebrachten Handtüchern (70 cm x 140 cm) ist obligatorisch.
- ✓ Matten und Kleingeräte sind nach jedem Gebrauch zu desinfizieren (Papiertuch einsprühen).
- ✓ Sportequipments wie Therabänder, Minibands, usw., deren Kontaktflächen schwierig zu desinfizieren sind, dürfen nicht zur Verfügung gestellt werden.
- ✓ **Der Eingang zu den Kursräumen befindet sich hinter dem Haus, des Verlassen der Kursräume erfolgt durch das Gebäude („Einbahnstraßenregelung“)**

Vielen Dank für Ihr Verständnis

Ihr Reha Fit Team