



Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes ab 2.6.2020

Zur Vermeidung von Infektionskrankheiten, insbesondere Covid-19, bitten wir Sie, sich an folgende Maßnahmen zu halten:

Organisatorischer Ablauf

- ✓ Eine Teilnahme am Sport-Angebot ist **ausschließlich nach Voranmeldung telefonisch** oder **online** über die Butterfly-App möglich.
- ✓ Zugang ins LOOP über den **Haupteingang**.
- ✓ **Händedesinfektion** im Eingangsbereich möglich.
- ✓ **Einhaltung** der allgemeinen **Corona-Abstands- und Hygiene-Regeln**.
- ✓ Ein Abstand von **mindestens 1,5 Metern** zu anderen Personen ist zwingend zu beachten.
- ✓ Im gesamten Sportzentrum LOOP muss ein **Mund-Nasenschutz** getragen werden, sofern die 1,5m – Abstandsregel nicht eingehalten werden kann.
- ✓ Es muss ein **Gesundheitsfragebogen** ausgefüllt und unterschrieben werden!
- ✓ **Pünktlich zum Termin** an der Theke **einchecken (Abstands-Markierungen beachten)**.
- ✓ **Allein** kommen – Begleitpersonen dürfen sich nicht im LOOP aufhalten.
- ✓ Die maximale Trainingsdauer beträgt **75 Minuten**.
- ✓ Die Nutzung der **Duschen und der Sauna ist bis auf Weiteres nicht erlaubt**.
- ✓ **Ausgang Trainingsfläche:** über den Notausgang auf der Trainingsfläche.
- ✓ **Ausgang Kursbereich:** über den Notausgang im Kursraum.
- ✓ Den Anweisungen des Personals ist jederzeit Folge zu leisten.

Was muss mitgebracht werden?

- ✓ **In Sportkleidung kommen** (Umkleiden vor Ort, außer Schuhe, ist nicht möglich)
- ✓ **Saubere Hallensportschuhe**
- ✓ **Mund-Nasen-Schutz**
- ✓ Eine **Gymnastik-Matte** (wenn vorhanden)
- ✓ Ein **großes Handtuch**
- ✓ Für die Trainingsfläche **geschlossene Handschuhe**

Wichtig auf der Trainingsfläche (Geräte)

- ✓ **Handtuch- und Handschuh-Pflicht** (geschlossene Handschuhe)
Trainingshandschuhe können bei Bedarf zur Verfügung gestellt oder erworben werden.
- ✓ **Intensives Ausdauertraining mit hochfrequenter Atmung und erhöhtem Aerosolausstoß ist untersagt**.
- ✓ **Cardio-Geräte** wie gewohnt nach der Nutzung **reinigen** oder **desinfizieren!**

FITNESS STUDIO DES SV FELLBACH

BALANCE

Kursbereich

- ✓ An der Theke anmelden, direkt in den Kursraum gehen und einen freien Platz wählen
- ✓ **Markierungspunkte beachten!**
- ✓ **Handtuchpflicht**
- ✓ **Benutzte Kleingeräte müssen nach dem Training gereinigt werden.**

Sporttauglichkeit/Risikogruppen

Sollten Sie zu einer Risikogruppe gehören und/oder unsicher sein, ob Sie körperlich fit genug sind, um Sport zu treiben, **klären Sie dies unbedingt im Vorfeld mit Ihrem Hausarzt** ab.

Gerne unterstützen wir Sie auch bei Bedarf mit einem individuellen Trainingsplan, unserem Online-Angebot oder mit Personal Fitness-Training.

Ich habe die obenstehenden Informationen gelesen und stimme den Maßnahmen zu.

Name, Vorname

Telefon

Datum, Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift eines Erziehungsberechtigten)