

Hygieneregeln für ein sicheres Training bei Elithera

- Zum Rein- und Rausgehen sowie für den Umkleidebereich braucht ihr einen Mund-Nasen-Schutz. Beim Training dürft ihr diesen ausziehen.
- **Die Anwesenheiten / Personendaten müssen aufgenommen werden: Bitte kurz bei uns melden, wir notieren Namen & Ankunftszeit (Datenschutz)**
- Wir bitten euch euer Training auf ca. eine Stunde zu begrenzen, damit alle Mitglieder die Möglichkeit bekommen zu trainieren. Sollte die Maximalzahl an Personen auf der Trainingsfläche erreicht sein, kann leider keine weitere Person zum Training zugelassen werden.
- Abstandsregeln müssen eingehalten werden (1,5m)
- Ausdauertraining ist noch nicht erlaubt
- Wer sich krank fühlt bleibt bitte zuhause
- Husten und Niesen in die Armbeuge
- Vor Beginn des Trainings bitte Hände waschen
- Ein Handtuch muss während jeder Übung untergelegt werden
- Jedes benutzte Gerät muss nach Gebrauch gereinigt werden
- Die Umkleiden und Dusche dürfen wieder genutzt werden. Wir bitten euch jedoch darauf zu achten, dass sich maximal 2 Personen im Umkleidebereich/Toilette befinden. Bitte haltet auch dort den Mindestabstand ein und haltet euch dort möglichst kurz auf.

Wir freuen uns sehr euch wieder beim Training begrüßen zu dürfen.

Falls ihr weitere Fragen zum Hygienekonzept habt, wendet euch bitte an uns.

Und natürlich sind wir wie gewohnt auch zur Unterstützung im Training für euch da. Wir wünschen euch einen guten Start!

Viel Spaß

Euer Elithera-Team

