

Hygienemaßnahmen im Plus D Sports Gym

bitte vor Nutzung des Gym's sorgfältig durchlesen

Allgemeine Maßnahmen

- Halte stets einen **Mindestabstand von 1,5m** zu anderen Personen ein
- Es dürfen max. 30 Mitglieder gleichzeitig im Gym trainieren.
- **Ein CHECK-IN und CHECK-OUT ist aktuell verpflichtend**
- Verzichte auf Händeschütteln oder andere körperliche Nähe
- Sofern du husten oder nießen musst dann bitte in die Armbeuge oder Taschentuch
- Sehe von einem Studiobesuch ab, sofern du Krankheitssymptome hast
- Reinige/desinfiziere deine Hände vor und nach dem Training
- Bitte fülle vor dem 1. Training eine Einverständniserklärung zur Datenweitergabe an die Behörden zur Ermöglichung einer Kontaktpersonennachverfolgung aus
- Grundsätzlich sollten alle Bezahlungen kontaktlos stattfinden. Nutze hierfür unser Verzehrguthaben oder die Zahlung mittels Lastschrift.
- Bitte beachte die Anweisungen von unseren Trainern

Maßnahmen auf unserer Trainingsfläche/Umkleiden

- Die Aufenthaltsdauer im Gym ist auf 90 min. begrenzt
- Hochintensives Ausdauertraining ist zu vermeiden (Aerosolbelastung)
- Teilt euch so gut es geht selbstständig auf und beachtet den Mindestabstand
- Nutze dein **eigenes Handtuch** bei jeglicher Nutzung von Geräten
- Trainiere ausschließlich mit Schuhen. Optimal: mit langer Trainingskleidung
- Reinige/desinfiziere die Geräte nach jeder Nutzung
- Reduziere die Verweildauer in der Umkleide auf ein Minimum
- Maximal dürfen sich 2 Personen in der Umkleide gleichzeitig aufhalten

**Wir danken dir für dein Verständnis.
Bitte spreche uns bei Fragen oder Anregungen an.**

Viel Spaß beim Training 😊

Dein Team von
Plus D Sports