



Grundregeln COVID19 Maßnahmen

- Komm bitte nur, wenn du dich absolut gesund fühlst. Bei Krankheitsanzeichen wie Husten, Schnupfen etc. bitte ich dich um frühzeitige Abmeldung und fern bleiben vom Unterricht.
- Ich behalte mir vor, Personen mit Krankheitssymptomen nach Hause zu schicken.
- Kursteilnehmer bzw. Trainer müssen bei einer COVID19-Erkrankung umgehend Bescheid geben, um das Contact Tracing in die Wege zu leiten.
- Ein 2,5-G-Nachweis ist unaufgefordert dem Trainer vor Kursbeginn vorzulegen.
- Geimpfte Personen müssen den Nachweis einmalig vorlegen. Ich hinterlege die Info im Kundenprofil. Als geimpft gilt, wer 2 Impfungen erhalten hat. Ausnahme: Johnson & Johnson. Wenn du nur eine Teilimpfung erhalten hast, bitte ich um einen zusätzlichen PCR-Test. (Gültigkeit 48h)
- Im Studio und in der Garderobe gilt Maskenpflicht. Auf der Matte darfst du die Maske absetzen.
- Sei bitte 5 – 10 min vor Kursbeginn im Studio – idealerweise schon in Trainingskleidung. Du hast die Möglichkeit, deine Hände im Trainingsraum bzw. im Bad zu desinfizieren. Nutze es vor und nach der Stunde!
- Reinige bitte gründlich nach Gebrauch die von dir genutzte Matte, Pilates Geräte bzw. Kleingeräte. Reinigungsmittel findest du im Regal.
- Ich reinige und desinfiziere regelmäßig alle Räume, die Toilette, Oberflächen, Gegenstände und Objekte, die von mehreren Personen angefasst werden (z. B. Türklinken). Der Trainingsraum wird mehrmals täglich gelüftet.
- Information geht an alle Kunden bzw. externe Trainer und Raumnutzer.