

## SCHUTZKONZEPT für Kundinnen und Kunden - Bereich Fitness

Stand 07.05.2020

Liebe Fitnesskundin,  
Lieber Fitnesskunde,

Wir freuen uns, dir mitteilen zu können, dass wir unseren Fitnessbetrieb per 11.05.2020 wieder öffnen dürfen. Dies jedoch nur unter behördlichen Auflagen, was dazu führt, dass der Fitnessbetrieb nur eingeschränkt möglich ist. Was dies im Speziellen bedeutet, haben wir dir im Folgenden aufgelistet. **Du bist verpflichtet, all diese Punkte einzuhalten.** Bei Nichteinhaltung behalten wir uns vor, einzelne Personen darauf aufmerksam zu machen und ihnen allenfalls das Training zu verweigern.

### 1. Eingang

Es ist **obligatorisch**, beim Betreten unserer Räumlichkeiten zuerst die Hände zu desinfizieren. Bis auf Weiteres entfällt die «Anwesenheitskontrolle» mittels Badges. Beim Eingang befinden sich zudem Hygienemasken, welche dir, nach der Händedesinfektion, freiwillig zur Verfügung stehen. Wir bitten dich, für jede bezogene Maske, den Einkaufspreis von CHF 1.- in das danebenstehende «Kässeli» zu werfen. Auch beim Eingang liegen Schutzhandschuhe bereit, welche du freiwillig und kostenlos beziehen kannst.

### 2. Anzahl Kundinnen/Kunden - Reservationssystem

Es dürfen sich **max. 5 Personen (Fitnesskundschaft)** gleichzeitig im Movimento befinden (inkl. Garderoben). Dies führt dazu, dass wir ein **Reservationssystem** einführen mussten, wo du dich eintragen musst. Unter folgendem Link kannst du dies tun:

<https://doodle.com/poll/483yvme6pwwvhvf9c>

Falls das Eintragen per Internet nicht möglich ist, erreichst du uns **zu den betreuten Zeiten** per Telefon oder persönlich im Movimento. Bitte beachte, dass **spontane Trainingsbesuche nur zu den betreuten Zeiten** möglich sind und nur, wenn noch keine 5 Personen am Trainieren sind. **Am Freitagabend um ca. 20 Uhr schalten wir jeweils die Zeitfenster für die nächsten zwei Wochen auf.** Die Zeitfenster betragen 30 Minuten, wobei du dich auch für mehrere hintereinander liegende Zeitfenster eintragen kannst (bitte in Massen). Trage dich im Reservationssystem mit Frau/Herr und deinen Initialen (**Vor- und Nachnamen**) ein (z.B. Herr R.M.). Änderungen (ergänzen/löschen) kannst du jederzeit vornehmen. Drücke dazu auf das «Stift»-Symbol hinter deinem Namen. So kannst du ab Freitagabend dann auch jeweils deine neuen Trainingszeiten auswählen. Wir bitten dich, deine gewählte Trainingszeit genau einzuhalten, d.h. keine Minute früher zu kommen und keine Minute länger zu bleiben. Du oder die nächste Person muss ansonsten warten, was wiederum die verbleibende Trainingszeit verkürzt.

### 3. Garderoben

In der Damen- und Herrengarderobe darf sich nur eine Person aufs Mal befinden. Vor dem Durchgang zu den Garderoben befindet sich ein **Schild (frei-besetzt), welches du bitte jeweils umdrehst**, wenn du in die Garderobe gehst bzw. diese verlässt. Das Duschen ist, wenn möglich, auf zu Hause zu verschieben, um die Zeit in den Garderoben so kurz wie möglich zu halten.

### 4. Auf der Trainingsfläche

Auf der Trainingsfläche ist ein genug grosses Handtuch zu verwenden, welches das **Sitz- und Rückenpolster gleichzeitig bedeckt**. Die Gerätschaften inkl. Hocker/Matten/Blackrolls/Therabänder etc. sind nach Gebrauch mit Desinfektionstüchern zu reinigen. Es stehen dir dazu zwei neu angeschaffte Desinfektionsstände zur Verfügung. Zu anderen Personen ist **stets ein Mindestabstand von 2 m einzuhalten**. Das heisst, dass, bei zu geringen Abständen zwischen einzelnen Geräten, erst am übernächsten Gerät gleichzeitig trainiert werden darf. Es wurden des Weiteren Pylonen aufgestellt, die die Bereiche kennzeichnen, bei denen nur eine Person aufs Mal zugelassen ist. Wir bitten dich zudem, die Zeit an den Ausdauergeräten zu beschränken bzw. das Ausdauertraining für den Moment, wenn möglich, auf draussen zu verschieben.

### 5. Ausgang

Der Ausgang wurde nach hinten verlegt. Verlasse unsere Räumlichkeiten also durch den Ausgang bei den Garderoben. Dort, wo normalerweise nur das Personal zugelassen ist. Vergesse nicht, das Schild von «besetzt» auf «frei» zu wechseln.

### 6. Weiteres

Die Weisungen des Bundesamtes für Gesundheit sind stets einzuhalten (siehe nächste Seite). **Solltest du Anzeichen von Kranksein verspüren, bleibe bitte zu Hause.** Einführungs- und Kontrolltrainings sind unter Einhaltung der Abstandsregeln nach wie vor möglich. Sollte beim Training mit dem Trainer der Abstand nicht gewahrt werden können, ist der Trainer verpflichtet, eine Hygienemaske zu tragen.

Das Movimento-Team wünscht dir wieder einen guten Trainingsstart und freut sich darauf, dich wieder zur Bewegung begrüßen zu dürfen!

## SO SCHÜTZEN WIR UNS.



Abstand halten.



Empfehlung: Maske tragen, wenn  
Abstandhalten nicht möglich ist.



Falls möglich weiter im  
Homeoffice arbeiten.



### WEITERHIN WICHTIG:



Gründlich  
Hände waschen.



Hände schütteln  
vermeiden.



In Taschentuch oder  
Armbeuge husten  
und niesen.



Bei Symptomen  
zuhause bleiben.



Nur nach telefoni-  
scher Anmeldung  
in Arztpraxis oder  
Notfallstation.

ART 28/4/2020

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Uffizi federal da sanadad publica UFSP



Scan for translation