

SCHUTZKONZEPT für Kundinnen und Kunden - Bereich Fitness

Stand 29.06.2020

Liebe Fitnesskundin,
Lieber Fitnesskunde,

Wir freuen uns, dir mitteilen zu können, dass wir die Einschränkungen im Trainingsbetrieb per 29.06.2020 erneut lockern können. Dies jedoch unter weiterhin bestehenden behördlichen Auflagen. 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. 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. Wenn du die Garderobe verlässt, lass die Türe bitte geöffnet.

3. 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 Desinfektionsständer zur Verfügung. Zu anderen Personen ist **stets ein Mindestabstand von 1.5m einzuhalten**. Das heisst, dass, bei zu geringen Abständen zwischen einzelnen Geräten, erst am übernächsten Gerät gleichzeitig trainiert werden darf. Dies ist für alle Geräte auf der rechten Seite (nach Betreten des Centers) der Fall, sofern sich dazwischen kein Paravent befindet. An allen anderen Geräten kann gleichzeitig trainiert werden. Pylonen kennzeichnen weiterhin die Bereiche, bei denen nur eine Person aufs Mal zugelassen ist. Dies betrifft vor allem die Bereiche, wo auf dem Boden trainiert wird. Wir bitten dich zudem, die Zeit an den Ausdauergeräten zu beschränken bzw. das Ausdauertraining für den Moment, wenn möglich, auf draussen zu verschieben.

4. 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.

5. 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 weiterhin gutes Bewegen!

SO SCHÜTZEN WIR UNS.



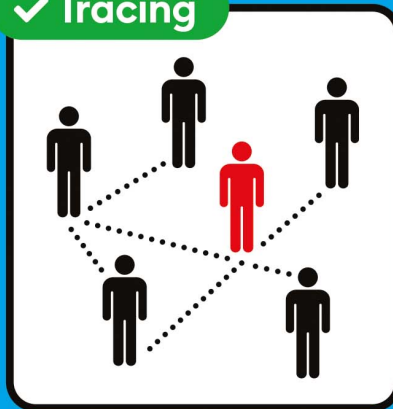
Jetzt unbedingt neue Regeln einhalten:

✓ Testen



Bei Symptomen sofort testen lassen und zuhause bleiben.

✓ Tracing



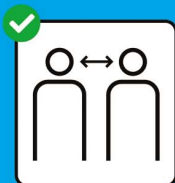
Zur Rückverfolgung wenn immer möglich Kontaktdaten angeben.

✓ Isolation/Quarantäne



Bei positivem Test: Isolation.
Bei Kontakt mit positiv getesteter Person: Quarantäne.

Weiterhin wichtig:



Abstand halten.



Empfehlung: Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.



Gründlich Hände waschen.



Hände schütteln vermeiden.



In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.



Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.



Falls möglich weiter im Homeoffice arbeiten.

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

[movimento]
Physio- und Trainingstherapie