

Liebe Mädels! Wir haben Euch riesig vermisst! Deswegen freuen wir uns umso mehr, dass wir ab **dem 08.03 endlich wieder unsere Türen öffnen dürfen.**

Das Wichtigste vorab: Wir möchten euch an dieser Stelle danken, für euren Support, für eure Geduld, für die vielen ermutigenden Mails, für eure Teilnahme an den Live-Kursen und für eure Treue.

Ja, Ihr seid unsere Zukunft! Wie soll der Trainingsalltag im Club ablaufen? Wir wollen euch hier die Details durchgeben unter deren Einhaltung wir eure Gesundheit und die unserer Mitarbeiter voran stellen. Zudem wird es einen neuen Online-Kursplan geben, den wir über E-Mail, über Facebook, Instagram und auf unsere Webseite veröffentlichen werden. Zur „Wiedereröffnung“ unseres Clubs möchten wir Euch auf die geltenden Hygieneregeln hinweisen.

1. Euer Training im Club läuft zu den gewohnten Zeiten
2. **Jeder Besuch geht nur mit Termin. Vorher bitte online über MySports App buchen.**
3. Unser Kursangebot bleibt vorerst online. Im Club gibt es erst mal keinen Kurs.
4. Dusch- Waschräume und Toilettenräume nur einzeln nutzen .
5. Die Infrarot Kabinen nur alleine nutzen.
6. Mindestabstand von 1,5 m zwischen 2 Personen stets einhalten.
7. Umkleide mit max. 2 Personen aufsuchen. Besser, Ihr kommt schon in Sportbekleidung und bringt saubere Turnschuhe zusätzlich mit. Die Schuhe könnt ihr auch einfach im Eingangsbereich wechseln. Spinde können genutzt werden.
8. Der Kursraum ist für Kurse geschlossen, diese finden weiterhin online statt. Der Kursraum darf jedoch zum Individualtraining unter Einhaltung aller Regeln genutzt werden.
9. Bitte ein geeignetes großes Handtuch mitbringen und auf das jeweilige Gerät beim Training legen. Ohne Handtuch ist ein Training nicht mehr möglich.
10. Für erhöhte Sicherheit empfehlen wir Trainingshandschuhe zu tragen. Diese sind jedoch keine Pflicht. Bringt euch gerne welche mit, wir haben auch welche da.
11. Handdesinfektionsmittel stehen für Euch immer ausreichend bereit, Nutzen ist Pflicht.
12. Jeder soll sich weiterhin vor und nach dem Training die Hände waschen.
13. Im Slim-Zirkel muss zwischen den Trainierenden immer ein Abstand von 2 freien Stationen eingehalten werden.
14. Im Cardioreich und den übrigen Trainingszonen muss immer 1 Gerät Zwischenraum bleiben.
15. Im Rollen-Massageraum darf nur eine Person sich jeweils aufhalten.
16. Die Geräte werden von unseren Mitarbeitern in regelmäßigen Abständen auch desinfiziert.
17. Bei Bedarf könnt Ihr auch noch individuell desinfizieren. Material dazu erhaltet Ihr an der Rezeption.
18. Auf 40 m² sollte möglichst nur eine Kundin anwesend sein. Das wird durch die begrenzte Terminvergabe geregelt. Aber keine Panik jede kommt dran!!