

Wir freuen uns, wieder für euch da sein zu können.  
Mit der Einhaltung dieser Hygieneregeln schützt ihr euch, andere Trainerteams und unsere Mitarbeiter:innen.

## SO SCHÜTZT DU DICH UND ANDERE



### ABSTAND HALTEN

Halte immer einen Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen ein.



### HÄNDE UND GERÄTE DESINFIZIEREN

Desinfiziere vor dem Training deine Hände an den Handgelenken.  
Desinfektionslösungen und Desinfizier-  
sprays für Geräte nach Benutzung.



### MUND-NASEN-SCHUTZ TRAGEN

Wir empfehlen dir ein echtes  
Mund-Nasen-Schutz zu tragen.



### GRÖßERE TRAININGSMATERIALIEN HYGIENISCH VERWENDEN

Benutze keine Trainings-  
geräte größer als  
grün umrandete Flächen.



### BEI SYMPTOMEN NICHT TRAINIEREN

Wenn du dich krank fühlst,  
bleibe zuhause.



### ZUSÄTZLICHE LÜFTUNGEN UND DÜSCHEN

Alle Duschen und Umkleen  
kablen sind  
grün umrandet und  
grün umrandet sind  
grün umrandet sind  
grün umrandet sind

## SO SCHÜTZEN WIR DICH ZUSÄTZLICH



### ÜBERFLÄCHEN-DESINFIZIERUNG

Desinfiziere alle Geräte und Oberflächen  
in unseren Studios durch unsere  
Mitarbeiter:innen und zusätzliche  
Bereitstellung der Handflächen-  
desinfizierendes Gel als  
Gefäß etc. mit Langzeitwirkstoffzusatz



### DIKTIERE BEI TRAININGSEINGÄNGEN

Trainingsanordnungen nur mit mindestens  
1,5 Metern Abstand



### MUND-NASEN-SCHUTZ

Alle Mitarbeiter:innen tragen einen  
Mund-Nasen-Schutz.



### REGELMÄßIGES LÜFTEN

Unsere Mitarbeiter:innen sorgen für  
häufiges und regelmäßiges Lüften.



### TRAININGSWÄNDE

Einzelplatz-Trainingsplätze an der  
Rezeption und an Trainings-  
gruppen



### SEITENSCHWELLE EIN- UND AUSGÄNGE

Zur Vermeidung von Warteschlangen und  
Anstausungen



### HYGIENE-SCHULUNG DER MITARBEITER:INNEN

Schulung aller Mitarbeiter:innen zu  
Verhaltensregeln- und Infektionsschutz



### ZUSÄTZLICHE DURCH DEINE MITGLIEDSKARTE

Kontrolle der maximalen Auslastung  
und Nachvollziehbarkeit der Kontakte