

## Trainieren in Zeiten des Coronavirus (SARS-CoV-2) Hinweise an unsere Mitglieder des GrandeArea Sports

Liebe Mitglieder und Freunde,

Deine Gesundheit und die unseres gesamten Area Teams steht für uns an oberster Stelle. Denn nur wer gesund ist, kann sportliche Leistung erbringen und dauerhaft fit und gesund bleiben!

Deshalb bitten wir Dich darum aktiv mitzuhelfen, um Deine Gesundheit sowie die unserer Mitarbeiter zu wahren und Dich sicher trainieren zu können. Im Zuge dessen haben wir einen Hygiene Plan ausgearbeitet, an den sich unser Team strengstens halten wird. Wir bitten hiermit auch Dich, dass Du Dich an gewisse Hygienerichtlinien hältst, denn besondere Zeiten erfordern auch besondere Maßnahmen.

Im Eingangsbereich ist ein Desinfektionsspender aufgestellt. Bitte vor dem Eintreten ins Studio die Hände desinfizieren und euren Mund-Nasen-Schutz aufsetzen. In den Toiletten stehen Desinfektion sowie Papiertücher zur Verfügung. Bitte nach Gebrauch die Toilettenbrille einmal reinigen und das Papier in den dafür bereitgestellten Eimer entsorgen. Nach einmaliger Benutzung eines Händehandtuches, dieses bitte in den dafür bereitgestellten Korb legen.

### **Bitte beachtet die weiteren folgenden Verhaltensregeln, die nach Wiedereröffnung gelten:**

- Nach dem umziehen bitte im Ausdauer Raum Platz nehmen, Euer Trainer holt euch dort ab.
- Immer ein Handtuch in den Trainingsraum mitnehmen
  
- Bitte Euer eigenes Getränk mitbringen. Wir dürfen vorerst unsere Wasserspender nicht mehr zur Verfügung stellen.
  
- Bitte immer Turnschuhe zum Training tragen. Barfuß oder auf Socken ist untersagt.
- Nach dem Training auf direktem Weg die Umkleide aufsuchen.
  
- Das Studio durch den Hinterausgang verlassen, somit vermeiden wir Kreuzwege. (NUR STADE)
- Die Ausdauergeräte dürfen nur noch nach Terminvergabe genutzt werden, von einem "spontanen vorbeikommen" bitten wir abzusehen.
  
- Bitte beachtet und befolgt unsere Hinweisschilder im Studio

-Der Mund-Nasen-Schutz kann zum Training angenommen werden. Wir haben für ausreichend Abstand zwischen den Trainierenden gesorgt. Der regelmäßige Luftaustausch findet durch offene Fenster statt.

-Wir sind verpflichtet die 3G Regel durchzusetzen. Falls Ihr nicht geimpft seid, informiert Euch daher bitte über die aktuelle 7-Tages Inzidenz und bringt ggf. einen aktuellen Negativtest jeweils zu Eurem Termin mit.

-Alle geimpften und genesenen bitten wir uns einmalig den Impfstatus vorzulegen, diesen dokumentieren wir dann in Eurer Kundenkartei. Bei Nachimpfungen uns bitte auch bescheid geben, damit wir Euren Status aktuell halten können.

-Der Trainer wird immer dann wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, (Hilfestellung beim ankleiden der Weste oder Korrektur beim Training) den Mund-Nasen-Schutz tragen.

-Die Westen und benutzten Kleingeräte werden nach jedem Gebrauch von uns gereinigt und ausreichend lange desinfiziert

Diese Maßnahmen dienen sowohl Deinem Schutz als auch dem Schutz unserer Mitarbeiter und allen Angehörigen.

Termine können per WhatsApp von Dir vereinbart werden. Wir werden versuchen die Trainingszeiten wie immer zu optimieren und bitten um Dein Verständnis und Flexibilität um einen reibungslosen sowie störungsfreien Ablauf zu gewährleisten.

Wir freuen uns schon, Dich bald wieder im GrandeArea begrüßen zu dürfen und wieder gemeinsam mit Dir an Deinen persönlichen Zielen arbeiten zu können.

Bei Rückfragen stehen wir Dir selbstverständlich unter unserer Mobil-Nr sowie unter [info@grandearea-sports.de](mailto:info@grandearea-sports.de) zur Verfügung.

Dein Team vom GrandeArea Sports