

Hygienemaßnahmen

1. Training nur mit Anmeldung - Aufgrund unserer Studiogröße dürfen, um den Sicherheitsabstand einzuhalten, ausschließlich 15 Personen gleichzeitig auf der Fläche trainieren. Um diese Bedingungen zu gewährleisten ist das Training im Studio nur mit vorheriger Anmeldung möglich. Anmelden könnt ihr euch bei mir per E-Mail (isabell.thraene@tsv-falkensee.de).
2. Um möglichst vielen FunFit Mitglieder die Möglichkeit des Trainings zu geben, darf eure Trainingszeit ausschließlich 60 Minuten betragen. Anschließend folgt eine kurze Pause von 15 Minuten in der das Studio desinfiziert und ordentlich gelüftet wird. Daraus ergeben sich folgende Zeiten für die ihr euch anmelden könnt:

Montag bis Freitag:

8:00-9:00, 9:15-10:15, 10:30-11:30, 11:45 - 12:45, 13:00-14:00,
14:15-15:15, 15:30-16:30, 16:45-17:45, 18:00- 19:00, 19:15-20:15,
20:30- 21:00

Samstag und Sonntag:

9:00-10:00, 10:15-11:15, 11:30- 12:30, 12:45-13:45, 14:00-15:00,
15:15-16:15, 16:30-17:30, 17:45-18:45

Die Anmeldungen sollten spätestens 2 Tage vorher erfolgen und nicht am Wochenende. Auf eure Anmeldungsanfrage bekommt ihr schnellstmöglich eine Antwort. Bitte erscheint auch nur beim Training, wenn ihr eine Bestätigung für diesen Termin erhalten habt. Falls eure Wunschzeit bereits voll sein sollte, erhaltet ihr von mir eine kurze Information und könnt euch natürlich gerne für einen anderen Termin anmelden.

3. Das Training ist nur mit Handtuch möglich. Bitte bringt ein **GROßES** Handtuch mit.
4. Nachdem ihr ein Gerät benutzt habt, ist es wichtig, dass ihr die Geräte ordentlich desinfiziert.
5. Während des Trainings müssen wir alle eigenverantwortlich auf den Sicherheitsabstand und die ordentliche Hygiene achten.
6. Auf Körperkontakt wird verzichtet. Jeder absolviert ein individuelles Training. Partnerübungen sind untersagt. Auch das Händeschütteln zur Begrüßung ist nicht erwünscht. Korrekturen zur Übungsausführung durch Trainer*innen erfolgen nur mündlich.
7. Um den gebotenen Abstand zu gewährleisten, sind nicht alle Geräte bzw. Trainingsbereiche des Fitnessstudios geöffnet. Bitte achtet auf die Absperrungen und nehmt diese ernst.
8. In den Kursen dürfen ausschließlich 10 Teilnehmer zusammen Sporttreiben. Auch hier gilt der Abstand von 1,5m zwischen den Personen und das Verbot von Partnerübungen. Alle benutzen Geräte müssen wie im individuellen Training desinfiziert werden. Auch die Teilnahme an den Kursen ist nur mit Anmeldung unter isabell.thraene@tsv-falkensee.de möglich und wird dokumentiert.
9. Kurse auf der Fläche sind nicht möglich!

10. Eure Anwesenheit wird auf einer Liste dokumentiert. Diese Liste wird aufgehoben, um im Notfall die Daten an das Gesundheitsamt weiterzuleiten und euch über einen möglichen Coronafall, in eurer Trainingszeit, zu informieren. Eure Anwesenheit müsst ihr mit einer Unterschrift auf der Anwesenheitsliste bestätigen.
11. Umkleiden und Duschen stehen für euch zur Verfügung. Hier ist ein eigenverantwortliches Einhalten der Hygienebedingungen sowie des Abstandes von Nöten. Wünschenswert wäre es jedoch, wenn ihr bereits umgezogen zum Training erscheint und zuhause duscht.
12. Eine Maskenpflicht besteht NICHT! Wer jedoch gerne mit Maske zum Training kommen möchte, wird daran nicht gehindert.
13. Wir bitten euch darum, bei Krankheitssymptomen nicht zum Training zu kommen!
14. Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde müssen uns schnellstmöglich informieren. Infolge der Diagnose müssen 14 Tage vergehen (behördliche Quarantäne), bis die betroffene Person wieder zum Sport gehen darf. Ein ärztliches Attest ist mitzubringen.

Falls ihr noch Fragen zu unserem Konzept oder allgemein zu dieser neuen Situation im FunFit habt, könnt ihr euch sehr gerne an uns wenden.

