

Hygienebestimmungen für den Club 60 Plus Stand 19.10.2020

Bitte halten Sie sich im Folgenden an diese Vorgabe, damit wir weiterhin sichere Hygienezustände in unserem Club gewährleisten und Sie Ihr normales Training in Ruhe und Gelassenheit durchführen können.

1. Bitte tragen Sie beim Eintreten in den Club und in den Umkleiden einen Mund-Nasen-Schutz. Beim Training ist das Tragen nicht zwingend notwendig, wird aber empfohlen.
2. Wir können pro Stunde maximal 8 Leute hineinlassen. Das bedeutet nach wie vor, dass Sie nicht immer Ihren Stammtermin bekommen können und ggf. auch mal ausweichen müssen.
3. Bitte kommen Sie pünktlich zu Ihrem Termin. Falls Sie zu früh sind, kann es sein, dass Sie auch mal ein paar Minuten warten müssen. Bei einer Verspätung haben Sie bitte dafür Verständnis, dass Sie dann auch mal Ihr Training etwas verkürzen müssen, denn das Training sollte nicht mehr als 60 min dauern.
Vergessen Sie bitte nicht, ein großes Handtuch mitzubringen und ein Gefäß zum Trinken.
4. Der Check-In läuft weiterhin kontaktlos über den PC. Die Spindschlüssel finden Sie direkt an den Schränken. Wenn Sie mit dem Training fertig sind, lassen Sie den Schlüssel einfach dort hängen. Bitte nehmen Sie keine Schlüssel mit nach Hause!
Die Mitgliedskarte behält aber weiterhin Ihre Gültigkeit, denn da sind alle wichtigen Daten drauf gespeichert.
5. Die Reinigungstücher sollten zum Schutz für Sie und alle Mittrainierenden weiterhin benutzt werden. Bitte nehmen Sie sich vor dem Training so ein Tuch, um nach jeder Benutzung eines Gerätes dieses mit dem Tuch abzuwischen. So machen Sie es mit jedem Gerät, das Tuch nehmen Sie dann einfach immer von Gerät zu Gerät mit. Am Ende werfen Sie es in den dafür vorgesehenen Eimer.
6. Überall im Trainingsraum verteilt stehen Pylonen auf dem Boden oder auf den Geräten. Manche Geräte stehen zu nah zusammen, so dass am Nachbargerät nicht trainiert werden kann. Dieses dann bitte mit der Pylone sperren. Mein Team hilft Ihnen dabei, wann welches Gerät gesperrt werden sollte.
Es ist vor allem nicht möglich, gleichzeitig an den Geräten Nr. 1 und Nr. 8, sowie an den Geräten Nr. 3 und Nr. 6 zu trainieren!
7. Das Galileo-Gerät verfügt über eine Fernbedienung. D.h. die Trainerinnen können beim Einstellen den Sicherheitsabstand einhalten. Sie können aber auch das Gerät selber bedienen/einstellen.
8. Es wird laut der NRW-CoronaSchutzverordnung empfohlen, mit Schutzmaske zu trainieren (s.o.). Es ist aber nicht zwingend erforderlich, wenn alle den notwendigen Sicherheitsabstand gewährleisten.
Meine Mitarbeiterinnen und ich werden einen Mundschutz tragen, um Sie und uns selbst zu schützen.

9. Um die Aerosolbelastungen im Trainingsraum und den Umkleiden so gering wie möglich zu halten, sind die Fenster durchgehend geöffnet. Ebenso wird nach Möglichkeit die Eingangstüre offen stehen gelassen. Hier kann es dann auch ggf. Durchzug geben. Ich bitte dies zu tolerieren und sich beim Training einfach wärmer anzuziehen.

10. Bitte beachten Sie den ausgehangenen Hygieneplan nebst Hygieneregeln.

Wenn wir alle diese Regeln einhalten, hoffe ich, dass wir bald wieder unter normalen Bedingungen trainieren bzw. arbeiten können. Herzlichen Dank für Ihre Mitarbeit!

Ihre Alexandra Wagner

→ Grundsätzlich gilt natürlich, dass Sie nicht zum Training kommen sollen, wenn Sie sich krank fühlen!

Bonn, den 19.10.2020