

## Aufgrund der Corona-Verordnung gelten bis auf weiteres folgende Regelungen:

1. **Desinfiziert** beim Betreten und Verlassen des Studios **Eure Hände**.
2. **Mund-Nasen-Schutz** ist aktuell **keine Pflicht**.
3. **Ein- und Auschecken** an der Theke ist **PFLICHT!** Ohne Transponder kein Einlass.  
**Nicht-Mitglieder bitte in der Gästeregistrierungsliste eintragen.**
4. **Zugangsbegrenzung:** Grundsätzlich darf auf 10qm Trainingsfläche eine Person anwesend sein. Diese Beschränkung müsste jetzt im Sommer ausreichen, weswegen wir auf eine Voranmeldung bzw. Begrenzung verzichten.
5. **Umkleiden und Duschen** dürfen unter Einhaltung der Corona Abstandsregeln genutzt werden.
6. Der **Saunabereich** ist wieder **geöffnet**. Es dürfen sich allerdings nur **3 Personen** gleichzeitig im Saunabereich aufhalten. Bitte unbedingt **vor Betreten** dieses Bereiches an der Theke **anmelden. Saunaaufguss ist verboten!**
7. Der **Mindestabstand von 1,5 m** zu anderen Mitgliedern und Mitarbeitern ist immer einzuhalten. Die Geräte stehen weit genug auseinander. Wo es technisch nicht möglich ist, bitten wir selbst darauf zu achten und dann ggf. das übernächste Gerät zu nutzen.
8. Versucht, **kurz und effektiv** zu trainieren, aber vermeidet Workouts mit hoher Intensität.
9. Nutzt bitte ein **großes Handtuch beim Training**, um den Kontakt zu Matten, Geräten etc. zu minimieren. Handtuch-Service bieten wir ganz nochmal an, ohne Pfandabgabe.
10. **Desinfiziert** bitte mit den bereitgestellten Desinfektionsmitteln **Geräte und Equipment** am Ende jeder Nutzung.
11. **Lounge und Bistro** sind unter Einhaltung der Corona Abstandsregeln wieder **geöffnet**. Getränke müssen an der Theke bestellt und abgeholt werden!
12. Unser gesamtes Team wird **regelmäßig Desinfektionsrunden** durchführen.
13. Gehört Ihr einer **Risikogruppe** lt. Definition des Robert-Koch-Institutes an, bitten wir Euch, vor Besuch des Studios mit einem Arzt zu klären, ob dieser einen Besuch befürwortet.
14. Wenn Ihr Euch **krank** fühlt oder Symptome wie Husten, Fieber oder Atemnot zeigt, bitte **zu Hause bleiben**.
15. Wer 2 Tage nach dem Besuch im Studio **Symptome** zeigt, soll sich bitte **sofort telefonisch im Studio melden**, damit wie die erforderlichen Schritte einleiten können.

**Da sich die Regeln jederzeit ändern können, bitten wir Euch, regelmäßig auf der Homepage oder auf Facebook nachzuschauen und die Aushänge im Studio zu beachten!**