

Hygieneschutzkonzept FitdurchFriedrich

1. Teilnehmer der Kurse müssen gesund sein und dürfen nur erscheinen, wenn sie **keine Erkältungssymptome** aufweisen
2. Bei Zutritt und Verlassen des Sportstudios Hände waschen bzw. Desinfizieren (Handdesinfektionsmittel steht im Eingangsbereich zur Verfügung)
3. Teilnehmer müssen bereits in Sportkleidung erscheinen (Umkleiden dürfen nur zum Wechseln der Schuhe genutzt werden)
4. Mundnasenschutz-Masken müssen **nicht** beim Training getragen werden, jedoch beim Betreten, Verlassen des Sportstudios
5. Es muss stets auf den **Mindestabstand von 1,5 Metern** geachtet werden. Der Sportraum darf von **maximal 10 Personen** genutzt werden (incl. Trainer/-in)
6. Durch die Benutzung von Handtüchern wird der direkte Kontakt mit den Sportgeräten vermieden.
7. Die Geräte und das Equipment müssen nach dem Benutzen vom Teilnehmer **mit Desinfektionsmittel gereinigt** werden
8. Der Sportraum und die Geräte werden täglich gereinigt
9. Vor und nach dem Kurs ist der Sportraum **15 Minuten** lang zu lüften (zusätzlich Einschalten der Lüftung)