

**fil dorado**

★★★★★ **fitness club**

# CORONATRAININGSREGELN



Auf unserer **Homepage** haben wir einen **Auslastungszähler für den Fitness-Club** platziert, sodass Sie jederzeit prüfen können, wie stark die Trainingsfläche frequentiert ist. So können Sie individuell entscheiden, wann für Sie die **bestmögliche Trainingszeit** ist.

---



**Kurse finden nur mit Voranmeldung** statt.

---



Bitte tragen Sie **freiwillig eine Maske** (Mund-Nasen-Bedeckung). Das Tragen einer medizinischen Maske wird überall dort empfohlen, wo der Mindestabstand von 1,5 m nicht eingehalten werden kann.

---



Bitte beim Training immer Ihr **großes Handtuch** unterlegen.

---



**Desinfizieren** Sie nach dem Trainieren bitte das **benutzte Gerät**.

---

Bitte beachten: Mit der Einhaltung dieser Regeln leisten Sie einen wichtigen Beitrag, um die Ausbreitung von Viren zu verhindern. Bitte kommen Sie Ihrer Verantwortung für sich selbst und für andere nach und unterstützen Sie uns bei der Umsetzung der Regeln.

# ZUTRITTSREGELN



## Betretungsverbot haben:

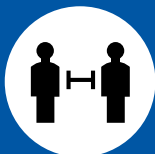
- ... Personen, mit einer **bekanntem/nachgewiesenen und nicht überstandenen Infektion** durch SARS-CoV-2 (Coronavirus),
- ... Personen, die **Symptome eines Atemwegsinfekts oder erhöhte Temperatur** oder andere Verdachtsanzeichen auf eine Infektion mit SARS-CoV-2 (Coronavirus) aufweisen, namentlich **Atemnot, neu auftretender Husten, Fieber, Geruchs- oder Geschmacksverlust,**
- ... Personen, die einer **Absonderungspflicht im Zusammenhang mit dem Coronavirus** unterliegen

Bitte tragen Sie **freiwillig** eine Maske (Mund-Nasen-Bedeckung). Das Tragen einer medizinischen Maske (ab 18 Jahren FFP2-Maske) wird überall dort empfohlen, wo der Mindestabstand von 1,5 m nicht eingehalten werden kann, insbesondere beim Gehen oder Stehen auf Verkehrs- oder Gehflächen.

Gästen und Mitgliedern wird im Rahmen des Hausrechts der Zutritt verwehrt, wenn sie nicht mit der Einhaltung der Hygiene- und Corona Regeln einverstanden sind.

# HYGIENEREGELN

## SCHÜTZEN **SIE SICH** UND **ANDERE!**



Den **Mindestabstand von 1,5 m** zur nächsten Person möglichst einhalten.

.....



Bitte tragen Sie **freiwillig eine Maske** (Mund-Nasen-Bedeckung). Das Tragen einer medizinischen Maske wird überall dort empfohlen, wo der Mindestabstand von 1,5 m nicht eingehalten werden kann.

.....



**Verzichten Sie auf jegliche Berührungen** (z.B. Händeschütteln/Umarmungen).

.....



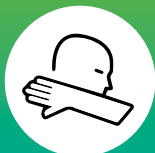
Halten Sie die **Hände vom Gesicht fern**.

.....



Legen Sie bei allen **Sitz- und Liegemöglichkeiten immer vollflächig ein Handtuch** unter.

.....



**Niesen und Husten Sie nur in ein Taschentuch oder in die Armbeuge**.

.....



Waschen Sie sich **regelmäßig Ihre Hände**. **Nutzen Sie die bereitgestellten Desinfektionsspender**.

Bitte beachten: Mit der Einhaltung dieser Regeln leisten Sie einen wichtigen Beitrag, um die Ausbreitung von Viren zu verhindern. Bitte kommen Sie Ihrer Verantwortung für sich selbst und für andere nach und unterstützen Sie uns bei der Umsetzung der Regeln.