

Verhaltensregeln

1. Der Zutritt erfolgt über **Terminbuchung** im Internet.
2. Personen mit Symptomen einer Atemwegsinfektion haben keinen Zutritt.
3. Nach Betreten des Sport-Treffs 2.0 bitte die Hände waschen oder desinfizieren.
Die Begrüßung erfolgt kontaktfrei.
4. Es besteht eine **Check-In-Pflicht** per Mitgliedsausweis.
5. Die Umkleiden und Duschen sind zugänglich (max. 8 Personen in der Umkleide/max. 2 in der Dusche) . Aus Fairness, die Duschen für jene frei lassen, die unbedingt Duschen müssen. Die anderen **bitte in Sportsachen kommen**.
6. Die Nutzung **der Sauna ist per Buchung (1 Slot p.P. und Tag!) möglich**.
7. Getränke dürfen nur in Flaschen und Bechern mit breiten Rand gezapft werden.
KEINE Pet-Flaschen, keine Glasflaschen!
8. Beratungen, Erstunterweisung, Ernährungsplanung, Trainingsplanung beim Coach/Trainer sind möglich.
9. **Nicht zulässig ist hochintensive Ausdauertraining** (z.B. Indoor-Cycling, HIIT-Kurse und anaerobes Schwellentraining). Intensivere Kurse werden outdoor angeboten (s. Homepage)
10. Ruhige Kurse finden statt. Nutze auch gerne unsere Video-Kurse auf .
11. Alle Geräte stehen mit mind. 1,5 m Abstand zueinander, sodass alle Geräte genutzt werden können.
12. Für Mitarbeiter sowie **Mitglieder besteht KEINE Maskenpflicht während des Trainings und auf der Trainingsfläche**. Mund-Nasen-Bedeckung ist nur Pflicht für alle Beschäftigten und Kunden, die NICHT auf der Trainingsfläche oder im Kursraum sind.
13. Das Unterlegen großer, selbst mitgebrachter Handtücher ist obligatorisch. **Ohne Handtuch ist kein Training erlaubt!**
14. Griffe an den Ausdauergeräten bitte nach dem Training desinfizieren. Alle übrigen Griffe werden vom Personal regelmäßig gereinigt. **Bitte KEINE Desinfektion auf die Polster!!!**
15. Bänder, Matten dürfen den Kunden vorerst nicht zur Verfügung gestellt werden. Für Kurse bitte eigene Matten (Yoga-Blöcke) mitbringen!
16. Gäste, die sich nicht an die Einhaltung der Regeln halten, kann im Rahmen des Hausrechts der Zutritt verwehrt werden. Den Anweisungen des Personals ist Folge zu leisten.