

Auflagen zur Umsetzung unserer Kurse:

- Ein Mindestabstand von 2 Metern ist einzuhalten
- Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 08 Personen
- Bring bitte wenn möglich deine eigene Trainingsmatte mit
- Umkleidekabinen, Dusch- & Waschräume sowie die Gemeinschaftsräumlichkeiten, *ausgenommen Toiletten*, bleiben geschlossen
- Desinfiziere bitte VOR DEM KURS im Eingangsbereich deine Hände
- Schuhe werden im Eingangsbereich oder im Kursraum unter Einhaltung der Abstandsregelung gewechselt
- Nach dem Tauschen der Schuhe gehst oder bleibst du bitte in den/ im Kursraum
- Hochintensive Kurse werden bis auf weiteres moderat intensiv durchgeführt
- Die Kursdauer beträgt 45 Minuten
- Ein ausreichend großes Handtuch (Saunahandtuch ca. 200x85cm) ist bei Nutzung der Übungsmatten zu verwenden
- Alle verwendeten Medien werden nach dem Kurs von der/ dem Übungsleiter/in gründlich desinfiziert
- NACH DEM KURS sind Warteschlangen zu vermeiden

Solltest Du die Auflagen im Sinne des Infektionsschutzes nicht einhalten, behalten wir es uns vor, dich umgehend nach Hause zu schicken...

So leid es uns auch tut. Wir müssen gemeinsam an einem Strang ziehen. Die Pandemie ist noch lange nicht vorbei!