

Schutzkonzept fitness-alpnach gültig ab 08.06.20

-Maximal 10 Teilnehmer/innen – minimum 5 Teilnehmer/innen

Der Bewegungsraum darf nur von angemeldeten Teilnehmer/innen aufgesucht werden

-Teilnehmer/innen mit Krankheitssymptomen dürfen am Training nicht teilnehmen

**Personen mit Krankheitssymptomen bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation
Sie rufen ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen**

Die Trainingsgruppe bzw. Kursleitung ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren

-Eine Teilnahme von Personen über 65 Jahren und Personen der Risikogruppen liegt in der Eigenverantwortung der Kunden

-Auf Umarmungen und Händeschütteln sollte verzichtet werden

-Wenn möglich angezogen zum Training erscheinen – nur Schuhe wechseln

-Garderobe für 5 Personen offen – 5 Personen können im Gang ihre Schuhe wechseln Stühle vorhanden

-Wenn möglich Abstandsregeln von 2m einhalten

-Vor jedem Training ist Händewaschen obligatorisch, Seife und Papiertücher vorhanden

-Desinfektionsmittel für die Geräte sind vorhanden, alle Teilnehmer/innen bekommen vor dem Training eine eigene Desinfektionsflasche und ein Tuch dazu.

-Evtl. eigenes Hand-Desinfektionsmittel mitbringen

-Alle Kursteilnehmer/innen müssen für die Benützung von Matten und Geräten ein sauberes, genug grosses Tuch mitbringen. In den Faszien-Yoga Kursen die eigene Matte mitbringen.

-Bei allen Lektionen wird auf taktile Korrekturen verzichtet. Ich werde verbale Korrekturen anbringen

-Keine Türfallen betätigen, Türe zu WC-Anlage ist offen, Türe zum Studio wird nur von der Kursleiterin geöffnet und geschlossen!

-Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung der Infektionsketten.

Für alle Kurse von Angela Bolz wird für jede Lektion eine Präsenzliste ausgedruckt, da alle Teilnehmer/innen über das System SportsNow erfasst werden.

Schutzkonzept für Bewegungsunterricht gültig ab 6. Juni 2020

<https://www.bgb-schweiz.ch/app/uploads/2020/06/Schutzkonzept-f%C3%BCr-Bewegungsunterricht-ab-6.-Juni-2020.pdf>

Berufsverband für Gesundheit und Bewegung Schweiz, Katzenbachstrasse 221, 8052 Zürich bgb-schweiz.ch