

## Liebe Mitglieder und Gäste,

dies sind die Hygieneregeln für Euren Besuch im Studio und in den Kursen:

### Studio:

1. Ab sofort können die Umkleiden und Duschen wieder genutzt werden. Bitte beachtet die Bodenmarkierungen. Darüber hinaus dürfen sich in den **Umkleiden max. 4 Leute** und in den **Duschen max. 2 Leute** gleichzeitig aufhalten.
2. Checkt Euch bei jedem Besuch ein und auch wieder aus. **Für alle Kursangebote gilt eine Anmeldepflicht.**
3. Wascht Euch direkt nach Betreten des Clubs bitte die Hände und desinfiziert sie. Nutzt die Vielzahl an Hygiene-Stationen und beachtet die Hygiene-Aushänge.
4. Haltet zu allen Trainierenden und Mitarbeitern bitte mind. 1,5 bis 2m Abstand. Beachtet außerdem die geänderten Laufwege in der gesamten Anlage.
5. Desinfiziert Trainingsgeräte und Hanteln bitte nach Benutzung mit den Sprühflaschen (Flächendesinfektion).
6. Achtet auf Markierungen an den Trainingsgeräten, bei denen das Nachbargerät immer frei bleiben muss. Gerne sind die Trainer Euch hier behilflich.
7. Nutzt für das Training bitte ein großes Handtuch als Unterlage und am besten noch ein kleines Handtuch zusätzlich.
8. Personalisiert Eure Trinkflaschen (bspw. durch Beschriftung oder Aufkleber).
9. Achtet auf die Einhaltung der Hust- & Niesetikette (Ellbogen-Beuge). Bei Krankheitssymptomen ist auf den Trainingsbesuch zu verzichten.
10. Ein Mund-Nasenschutz ist bei *impuls* keine Pflicht, ebenso das Tragen von Handschuhen. Solltet Ihr mit Maske trainieren wollen, empfehlen wir die Verwendung einer Sportmaske für eine ausreichende Sauerstoffversorgung.

### Kurse:

1. Desinfiziere bitte deine Hände beim Betreten und Verlassen des Kursraumes.
2. Bitte trage deine Maske, wenn du das Studio betrittst bis zu deinem Platz, dort kannst du sie abnehmen. Beim Verlassen gilt das gleiche.
3. Die Mindestabstände sind am Boden markiert und sind zwingend einzuhalten.
4. Bitte ein großes Badetuch mitbringen.
5. Es dürfen **maximal 6 Personen am Kurs** teilnehmen. **Eine telefonische Voranmeldung ist dabei zwingend erforderlich.** Die ersten 6 Teilnehmer werden berücksichtigt. Eine Warteliste für 3 Personen ist vorhanden. Bei Verhinderung bitte frühzeitig absagen.
6. Bitte **max. 3 Minuten vor Kursbeginn** oben einfinden, sodass keine Warteschlangen entstehen und der Mindestabstand eingehalten werden kann.

## **Zusätzliche Maßnahmen zur Erhöhung Eurer Sicherheit**

Die gesetzlichen Anforderungen bilden einen Rahmen zu Eurem bestmöglichen Schutz, jedoch waren unsere Ansprüche in vielen Bereichen deutlich höher. Aus diesem Grund haben wir zusätzlich folgende Maßnahmen für Euch realisiert:

1. Erhöhung der Reinigungs- & Desinfektionsintervalle durch die Mitarbeiter inkl. Nachweis
2. Schrittweise Wiedereröffnung zur Steuerung des Besuchsfrequenz
3. Bereitstellung kostenfreier Schutzmasken auf Wunsch für alle Mitglieder & Gäste bei Beratungssituationen
4. Umfassende Schulung der Mitarbeiter durch eine Hygiene-Expertin mittels eLearning
5. Zusätzliche Hygiene-Stationen mit Hand- & Flächen-Desinfektionsmittel in allen Räumlichkeiten
6. Kontakterfassung aller Mitglieder und Gäste zur Nachverfolgung von Infektionsketten
7. Ausstattung kontaktstarker Bereiche mit Spuckschutz (Kasse & Shake-Bar)
8. Erweiterung und Neuorganisation der Laufwege zur Einhaltung der Abstandsregelung
9. Umfangreiche Hinweis- & Informationsmedien

Den Anweisungen unserer Mitarbeiter ist mehr denn je Folge zu leisten. Sie sind speziell auf das Hygienemanagement-System geschult und stehen Euch bei allen Fragen, Anregungen und Wünschen zur Verfügung. Wir freuen uns über jegliches Feedback direkt im Club oder per E-Mail an [info@impuls-daaden.de](mailto:info@impuls-daaden.de).

**Wir wünschen euch einen angenehmen Aufenthalt und viel Spaß beim Training!**