

Schutzmassnahmen

Gruppenstunden

Gemäss Bundesratsbeschluss vom 17.12.21 wird die Zertifikatspflicht ausgeweitet. Für dich bedeutet dies, dass im Studio Vitamin D neu ab 20.12.21 die 2G-Regel für alle Gruppenkurse gilt und das Tragen einer Maske während deines ganzen Aufenthaltes im Studio.

Bitte vergiss nicht ab sofort deine Maske und dein Zertifikat plus deinen Ausweis mitzubringen, damit wir es kontrollieren können.

Um dir weiterhin ein sicheres Trainieren ermöglichen, gelten im Studio folgende Regeln, Bitte unterstütze uns dabei:

Vitamin D:

- Das Studio muss die Kontaktdaten erheben, dies ist durch unser Onlineanmeldesystem Sportsnow gegeben.
- Die Vorschriften des BAG über die Hygiene werden eingehalten.
- Trainingsanweisungen werden vorwiegend verbal erfolgen.
- Der Raum wird während und nach jedem Training gut durchlüftet.
- Wir verzichten gegenseitig auf Begrüssungen mit Körperkontakt, wie Händeschütteln, Umarmungen etc.

Kunde:

- Bleibe bei Verdacht auf eine Infektionskrankheit zu Hause.
- Komm bitte **nicht zu früh**, sondern **max. 5-10 Min.** vor dem Training, damit es keine unnötigen Kreuzungen und Ansammlungen mit Kunden von vorherigen Stunden, Massagen oder Personal Trainings gibt.
- Bitte **wasch** dir nach dem Schuhe ausziehen **direkt die Hände mit Seife mind. 20Sek.** Hände mit Seife zu waschen ist effektiver als Desinfektionsmittel.
- Es gilt eine generelle Maskenpflicht im ganzen Studio.
- Wenn möglich **komm bereits in Trainingskleidung um unnötige Ansammlungen in der Garderobe zu vermeiden.** Dies ist aber nicht zwingend, du kannst dich in der Garderobe umziehen und auch duschen.
- Desinfiziere nach dem Training wie üblich deine Matte und deine verwendeten Trainingsgeräte.
- Wenn du **lieber mit einer eigenen Matte** übst, darfst du diese gerne mitbringen.
- Wenn du im Studio Kissen benötigt hast (z.B. als Kopfunterlage) dann nimm ein **kleines Handtuch** mit, welches du als Unterlage brauchen kannst. Unsere Kissen kannst du aus hygienischen Gründen momentan nicht nutzen.

Besten Dank für deine Mitarbeit.

Bei Fragen wende dich an:

Daniela de Roo, info@vita-d.ch | 078 691 00 10