

Schutzmassnahmen

Gruppenstunden

Gemäss Bundesratsbeschluss vom 16.02.22 wird die Zertifikatspflicht und das Tragen der Maskenpflicht in öffentlichen Räumen aufgehoben. Für dich bedeutet dies, dass im Studio Vitamin D kein Tragen einer Maske während deines ganzen Aufenthaltes im Studio mehr nötig ist und dass du wieder ohne Zertifikat ins Studio kommen kannst.

Durch das Aufheben der Massnahmen ist das Virus aber noch nicht einfach verschwunden. Um uns gegenseitig weiterhin zu schützen gelten im Studio weiterhin folgende Regeln, Bitte unterstütze uns dabei:

- Wir verzichten weiterhin gegenseitig auf Begrüssungen mit Körperkontakt, wie Händeschütteln, Umarmungen etc.
- **Bleibe** bei Verdacht auf eine Infektionskrankheit **zu Hause** und nutze das **Video Angebot** entweder über **Sportsnow** oder auf der neuen Webseite **www.online-pilates-360.com**.
- 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 **keine** Maskenpflicht im ganzen Studio mehr, wenn du dich aber sicherer fühlst, kannst du weiterhin eine Maske tragen.
- 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