



PHYSIO TRAINING BUCHS

COVID-19: Fitness - Schutzmassnahmen im Trainingsbereich

Wir bitten euch, folgende Weisungen einzuhalten.

- Zur Anreise, wenn möglich nicht die ÖV, sondern individuelle Möglichkeiten nützen.
- Nach Möglichkeit solltet ihr umgezogen erscheinen und nach dem Training zu Hause duschen. Es stehen nur noch eine beschränkte Anzahl Schränke und Duschen zur Verfügung (Abstandsregel).
- Bringt bei Bedarf eure eigene Schutzausrüstung mit (Masken, Handschuhe). Handschuhe sollten vor dem Training ebenfalls desinfiziert werden.
- Entnehmt beim **Eintritt** ins Training eine **Aufenthaltskarte** aus der Box neben dem Login-Gerät, und legt sie am Ende der Empfangs-Theke in die zweite Box. Nach dem Training wiederholt ihr den Vorgang in die andere Richtung.
- Am gleichen Ort findet ihr eine **Covid-Risk-Abklärungs-Liste**,

DIESE MÜSST IHR VOR JEDEM TRAINING ZWINGEND AUSFÜLLEN!

Wir müssen Sie vor jedem Training fragen, ob Sie sich krank fühlen oder Symptome von COVID-19 (=Corona-Krankheit) aufweisen. Und Sie müssen uns Ihre Antwort bestätigen, genau gleich wie Sie die «Allgemeinen Geschäftsbedingungen» bestätigen müssen, wenn Sie im Internet irgendetwas bestellen oder kaufen.

Schliesslich müssen wir die **Nachverfolgbarkeit** sicherstellen. Unser Center muss deshalb jederzeit aufzeigen können, wer an einem gegebenen Datum während einer gegebenen Zeit gleichzeitig mit einer Person trainiert hat, die nach der betreffenden Trainingseinheit krank wurde, aber vielleicht trotz fehlender Symptome oder Krankheitsgefühle schon ansteckend war. Deshalb ist das **Anmelden UND Abmelden mit der Kundenkarte OBLIGATORISCH!**

- Es dürfen sich **höchstens 25 Personen** (inkl. Trainer, Physios und Patienten) **auf der Trainingsfläche** aufhalten.
- **Aufenthaltsdauer** im Center: **1 Stunde**.
- Vor dem Abholen, und nach dem Einsortieren vom Trainingsplan, müssen die Hände desinfiziert werden.
- Bitte bringt ein grosses Badetuch mit, um die Sitz- und Lehnflächen der Geräte vollständig abzudecken.
- Die berührten Flächen (Griffe, Knöpfe, Gewichte, Stangen etc.) müssen nach jedem Gebrauch desinfiziert werden. Es stehen ausreichend Desinfektionsmittel und Papier zur Verfügung.
- Achtet darauf, dass ihr nur jedes zweite Gerät besetzt, d.h. das Gerät neben euch muss immer frei sein.
- Im neuen Freihantelbereich mit dem schwarzen Boden dürfen sich maximal 5 Personen aufhalten.