



Infoblatt Teilnehmer Kurse

Liebe Teilnehmerinnen,
Liebe Teilnehmer,

es ist endlich soweit! Am 25.05.2020 starten wir unsere Kurse wieder für Euch. Unter strenger Berücksichtigung der uns erteilten Vorgaben ist es uns möglich, die Fitnesskurse schrittweise wieder zu starten. Nachstehend erläutern wir Euch einige Änderungen und Hygienevorschriften, dessen Einhaltung zur Teilnahme an einem Kurs verpflichtend sind. Kurse für Kinder und Jugendliche können wir zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht anbieten.

Um den Sicherheitsabstand auch in den Kursen zu gewährleisten können einige Kurse nur draußen im Freien stattfinden.

Hierzu gehören:

Modern Line Dance, Bodyworkout (mit Tabata), Sommer-Workout, Step Bob and More, Staby-Training, Latin Dance Feeling/Workout, Spinning, Fitness für den Mann, TRX Circle Training, BodyCross-Tabata, Tae kick and box

Alle hier nicht aufgezählten Kurse dürfen wir mit aktuell max. 8 Teilnehmern an einer Fitnessstunde abhalten. Die Einteilung erfolgt durch den jeweiligen Kursleiter, der Euch über die bestehenden WhatsApp-Gruppen darüber informiert. **Dem Kursleiter ist es überlassen, ob er bei "schönem" Wetter die Stunde nach draußen auf den Sportplatz (Platz 1) verlegt. In diesem Fall kann er es ebenfalls über die WhatsApp-Gruppe mitteilen und die gesamte Kursgruppe zum Sport einladen. ACHTUNG: die Einladung gilt nur für diese eine Trainingseinheit im Freien, nicht für die darauffolgenden Wochen!**

Die genannten Maßnahmen und auch die folgenden Hygienevorschriften dienen dazu, Euch und auch uns vor einer Ansteckung zu schützen.

Die Vorschriften lauten wie folgt:

1. Personen mit Erkältungssymptomen bitten wir, von der Kursstunde fernzubleiben und sich telefonisch oder per WhatsApp beim Kursleiter abzumelden.
2. Bei eventuellen Vorerkrankungen bitten wir, die Kursteilnahme vorher mit dem Arzt abzuklären.
3. Die Kabinen und Duschen dürfen nicht genutzt werden. Erscheint bitte direkt in Sportkleidung. Wertsachen (Schlüssel, Handy, Portemonnaie) dürfen mit in den Kursraum genommen werden.

4. Bitte tragt einen Mundschutz und haltet den Mindestabstand von 2 m zu anderen Personen ein. Erst im Kursraum in bereits markierten "Flächen" darf der Mundschutz abgenommen werden. Vor dem Verlassen des Platzes ist der Mundschutz wieder anzulegen.
5. Der Eingang für den gesamten Kursbereich ist der Haupteingang vom Sportplatz (siehe Beschilderung). Bitte wartet draußen vorm Gebäude mit genügend Abstand zueinander auf den jeweiligen Kursleiter. Er begleitet die Kursgruppe in den Kursraum. **Beim Betreten des Gebäudes bitte gründlich die Hände desinfizieren. An jedem Eingang befinden sich entsprechende Desinfektionsspender.** Das Verlassen des Gebäudes erfolgt in Begleitung des Kursleiters zu den entsprechenden Ausgängen. Teilnehmer der Stunden auf dem Sportplatz werden das Gelände ebenfalls in Begleitung des Kursleiters über die rechte Außenseite des Gebäudes verlassen (grünes Gatter).

Der Haupteingang zum Sportplatz ist der Haupteingang. Bitte beachten!

6. Die Teilnahme wird durch den jeweiligen Kursleiter zu Beginn der Einheit in der entsprechenden Kursliste eingetragen.
7. Vor Beginn des Kurses benötigen wir von jedem Teilnehmer eine "Einwilligungserklärung zur Teilnahme am Fitnesskurs". Um Wartezeiten zu vermeiden, findet Ihr eine Blanko-Einwilligungserklärung auf unserer Homepage, welche Ihr downloaden könnt. Bitte bringt dieses ausgefüllt zur 1. Stunde mit. Sollte ein Download nicht möglich sein, händigt der Kursleiter den Vordruck vor Kursbeginn aus. Zum Ausfüllen der Einwilligungserklärung bringt am besten jeder seinen eigenen Kugelschreiber mit. Die ausgefüllten Erklärungen legt Ihr in die dafür vorgesehene Ablage.
8. Da Matten schlecht zu desinfizieren sind dürfen wir keine zur Verfügung stellen. Bitte bringt ein Handtuch für Euch und ggf. eine eigene Matte/großes Badetuch als Unterlage mit.
9. Nach dem Kursende wird alles gesäubert und desinfiziert. Das Gebäude wird dann wie in Punkt 5 beschrieben verlassen.

Wir freuen uns auf Euch und wünschen weiterhin: "BLEIBT GESUND!"
Euer Union Vital Team