

## Übergangsregeln für das Vereinstraining in Fitness- und Gesundheitsstudios



Keine Nutzung von Umkleide, Dusche, Sauna, etc.

Tür

Großes Badetuch und Desinfektion jedes Geräts!

Wasch- bzw. Desinfektionsmöglichkeiten, Einweghandtücher und Seife bereitstellen.  
Eine Person zur selben Zeit

WC Tür

Ausgang

Eingang

Möglichst kein Ausdauertraining in geschlossenen Räumen

Nur desinfizierbare Geräte freigeben

FITNESS

Whiteboard

Feste Zeitslots für Trainierende:

10:00 – 11:15  
11:30 – 12:45  
13:00 – 14:15

Zirkeltraining empfohlen, um Warteschlangen zu vermeiden

2 - 4 m

evtl. Abstand der Geräte vergrößern

**Mindestabstand zwischen Personen: 2 m!**

Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung führen

Training nur symptomfrei

Beginn des Trainings:  
Frühestens 14Tage nach Quarantäneende