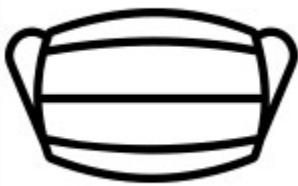


HYGIENE-TIPPS FÜR DEIN TRAINING



1. Bitte komme nur zum Training, wenn Du Dich wirklich fit und gesund fühlst



2 Das Tragen einer Maske ist keine Pflicht.



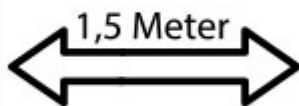
3. Desinfiziere Dir bitte die Hände. Desinfektionsmittel steht an mehreren Stellen bereit.



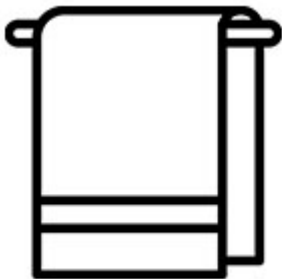
4. Desinfiziere sorgfältig die benutzten Sport- und Trainingsgeräte nach jeder Benutzung.



5 . Komme direkt in Sportkleidung, da unsere Umkleiden und Dusch-Bereiche vorerst leider geschlossen bleiben.



6. Halte den gesetzlich geforderten Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Trainierenden ein. Verzichte darauf, andere beim Training zu unterstützen, wenn der Mindestabstand dabei nicht eingehalten werden kann. Versammele Dich bitte nicht mit anderen im Eingangsbereich.



7. Benutze ausschließlich Dein eigenes, möglichst großes, Handtuch zum Training



8. Begrenze Deine Trainingszeit auf maximal 60 Minuten.