



Kreuzlingen, 04.06.2020

Mitgliederinformation, aktuelle Situation

Wir freuen uns nach dem letzten Corona Lockerungsschritt unser Schutzkonzept auf den 08.06.2020 neu anzupassen und euch wieder neu zu informieren.

Ab dem 08.06.2020 führen wir nach den neuen Regeln (Aufhebung des Versammlungsverbots von 5 Personen) wieder unsere Gruppenkurse durch.

Wir müssen, dürfen und wollen die Vorgaben des BAG und das Schutzkonzept für die Fitnessbranche weiter einhalten. Mit deiner Hilfe meistern wir diese Herausforderung! Wir danken dir für dein solidarisches, verantwortungs- und rücksichtsvolles Verhalten.

Individuelle Verantwortung

In der individuellen Verantwortung der Trainierenden steht die Einhaltung der «Alltagsregeln» des BAG auch während des ganzen Aufenthalts im Center

Centerspezifisch:

- Nach Möglichkeit umgezogen im Center erscheinen
- Für das Training ist ein Handtuch zum Abdecken der Sitz- oder Anlehnfläche Pflicht
- Bei Cardio- und Kraftgeräten bleibt die 2m Abstandsregel erhalten. Bei Trennung durch Plexiglas oder das Magazin kann der Abstand je nach dem kleiner sein.
- Abstand halten auch während des Wechsels von einer Trainingsstation zur nächsten
- Häufig gründlich (20-30") die Hände waschen
- Kein Händeschütteln
- In Taschentuch oder Armbeuge Husten und Niesen
- Nicht ins Gesicht fassen
- Bei Symptomen wie Fieber, Kopfschmerzen, Halsschmerzen oder Atembeschwerden ist ein Training nicht möglich. Bitte konsultiere deinen Hausarzt

- Beim Angehören einer Risikogruppe oder als gefährdete Person bitte Training mit Hausarzt abklären



Gemeinsame Verantwortung von Center und Trainierenden

Trainierende und Center sorgen gemeinsam für die Einhaltung der BAG-Vorgaben:

- Für Gruppenkurse gilt die 10m² Regel pro Person. Jedoch immer noch mit 2m Abstand von Person zu Person.
- Damit die Rückverfolgung von engen Kontakten – sprich Contact Tracing möglich ist, ist eine Anmeldung für jeden Gruppenkursbesuch zwingend.
- Die 2m Distanzregel ist weiterhin einzuhalten
- Keine Gruppenbildung
- Training möglichst zeiteffizient durchführen
- Kein blockieren der Trainingsgeräte gemäss Trainingsregel Nr. 7
- Geräte/Cardiogeräte müssen nach Gebrauch gereinigt werden

Alle aktuellen Informationen findest du auch auf www.kuepfersgym.ch.
Wir danken dir weiterhin für dein diszipliniertes Einhalten des bestehenden Schutzkonzeptes. Damit schützen wir uns gemeinsam vor der Übertragung der Covid-19 Erkrankung.

Dein Kűpfer's Gym