

Kreuzlingen, 29.10.2020

## Mitgliederinformation, aktuelle Situation

Auf Grund der am 28.10.2020 vom Bundesrat beschlossenen Massnahmen, passen wir unser Schutzkonzept an.

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, zum Schutz vor einer Ansteckung durch das Coronavirus. Vielen Dank für dein Verständnis.

### Individuelle Verantwortung Centerspezifisch

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

- Nach Möglichkeit umgezogen im Center erscheinen
- Für das Training ist ein Handtuch zum Abdecken der Sitz- oder Anlehnfläche Pflicht
- Hände Desinfektion beim Ein- und Austritt
- Hände weg vom Gesicht: Mund, Nase oder Augen nicht berühren
- Immer ein Papiertaschentuch verwenden oder in die Armbeuge Husten und Niesen
- Händeschütteln vermeiden
- Angemessener Schutz von besonders gefährdeten Personen
- Bei Symptomen wie Fieber, Kopfschmerzen, Halsschmerzen oder Atembeschwerden ist ein Training nicht möglich. Bitte konsultiere deinen Hausarzt.





## Grundregeln

### Gemeinsame Verantwortung von Center und Trainierenden

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

- **Maskentragpflicht:** In allen Räumen und Verkehrswegen mit Ausnahme der Trainingsräume gilt ab dem 29.10.2020 eine Maskentragpflicht. Eine Maskentragpflicht besteht nicht, sofern die Distanzregeln von 1,5m eingehalten werden können.
- **Distanz halten:** Mitarbeitende und Kunden halten 1,5m Abstand zueinander.
- **Händehygiene:** Alle Personen im Fitnesscenter reinigen sich regelmässig die Hände mit Wasser und Seife.
- **Reinigung:** Bedarfsgerechte, regelmässige Reinigung von Oberflächen und Geräten durch Mitarbeitende. Kunden können nach eigenem Wunsch vor Benützung des Gerätes eine Reinigung vornehmen.
- **Lüften:** Regelmässiges Lüften für einen ausreichenden Luftaustausch in den Trainingsräumen.
- **Gruppenkurse:** Es gilt die 10m<sup>2</sup> Regel pro Person. Jedoch immer noch mit 1.5m Abstand von Person zu Person, unter Berücksichtigung des Atemvolumens.
- **Rückverfolgung:** Von engen Kontakten – sprich Contact Tracing  
Eine Anmeldung für jeden Gruppenkursbesuch ist zwingend nötig.
- **Aufenthaltsdauer:** Training möglichst zeiteffizient durchführen

Alle aktuellen Informationen findest du auch auf [www.kuepfersgym.ch](http://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 Kूपfer's Gym