



Infos zur Öffnung ab dem 15.05.2020 unter Einhaltung der behördlichen Vorgaben

Die behördlichen Abstands- und Hygieneregungen müssen eingehalten werden.

Wichtig ist, dass Du Dir regelmäßig und gründlich die Hände wäscht und Deine Hände regelmäßig desinfizierst und der Mindestabstand zu anderen Personen IMMER mindestens 1,5 m beträgt.

Die Hygieneregeln kannst Du auch den Aushängen im Studio entnehmen.

Nachfolgend die Infos zum Training ab dem 15.05.2020:

1. Um Dir auch in dieser vorübergehenden Phase die gesamte Kursvielfalt bieten zu können, haben wir entschieden, dass alle Kurse (Ausnahme Yoga und Jumping Samstag 11h) nur 45 Minuten dauern werden, da wir sonst die Abstandregelung im Eingangsbereich nicht einhalten können und hiermit auch Warteschlangen vermeiden.
2. Den Kurs "Funcional Circle" freitags 17h können wir aufgrund der Hygieneregeln in der Übergangsphase leider nicht anbieten - wir bitten um Dein Verständnis.
3. Unsere Umkleiden und Duschen müssen vorübergehend geschlossen bleiben. Das heißt für Dich, dass Du bitte direkt von zu Hause mit Deinen Sportsachen kommst und bitte nur Wechselschuhe mitbringst.
4. Bitte bring zum Training IMMER ein eigenes Handtuch mit - ohne Handtuch dürfen wir Dich nicht trainieren lassen
5. Selbstverständlich können wir Dir unsere Wasser- und Mineralflat anbieten. Bitte bring zum Auffüllen Deine eigene Flasche (bitte aus hygienischen Gründen nur Trinkflaschen mit einer großen Öffnung mitbringen). Bitte beim Auffüllen den Deckel behalten und die Flasche selbst wieder verschließen.

6. Da wir auch vorübergehend keinen Aufenthaltsbereich haben dürfen, bitten wir Dich deinen Aufenthalt vor und nach dem Kurs auf ein Minimum zu beschränken. Zur Info, wir können erst mit dem Check-in für die folgenden Kurse beginnen, wenn 2/3 der Teilnehmer von den Vorkursen bereits das Studio verlassen haben. Selbstverständlich ist es auch möglich 2 oder mehrere Kurse hintereinander zu besuchen, alle Info dazu bekommst Du vor Ort.

6. Wir haben Aufgrund der Abstandsregelung zur Zeit nur eine begrenzten Anzahl an Trainingsplätzen zur Verfügung. Wir empfehlen Dir, dich für alle Kurse im Vorfeld anzumelden. Der Zirkel (inkl. Laufband) kann ebenfalls ab dem 15.05.2020 immer von einer Person genutzt werden, bitte auch hierfür anmelden. (Trainingszeiten Zirkelraum täglich ab 16h - 22h, Samstag von 10-13h - im stündlichem Wechsel). Du kannst Dich ab sofort für den Zirkelraum und für alle Kurse per What´s App unter 0151/29118026 anmelden. Am Mittwoch 13.05.2020 sind wir ebenfalls über unser Studiotelefon (06104 - 8026410) von 16.00 - 22.00 Uhr für Kursreservierungen erreichbar.

7. Es können sich maximal 2 Personen im Bereich der Toiletten aufhalten.

Abläufe im Studio:

1. Bitte frühestens 15 Minuten vor Kursbeginn im Studio sein.

2. Bitte achte beim Check-in auf 1,5 Abstand zu der Person vor Dir (Du findest auch Markierungen auf dem Boden)

3. Der Check-in erfolgt wie gewohnt an der Theke. Da die Umkleiden geschlossen sind erhältst Du keinen Spindschlüssel. Die Mitarbeiterin an der Theke wir Dir den Platz zeigen wo du Deine Schuhe wechseln und Deine Straßenschuhe abstellen kannst. Danach gehst Du direkt in den Kursraum, in dem Dein Kurs stattfindet und suchst Dir einen der gekennzeichneten Trainingsplätze.

4. Dein Trainer wird Dir sagen, welche Trainingsgeräte für den Kurs benötigt werden, bitte diese auch vor dem Training desinfizieren.

5. Am Ende des Kurses desinfiziere bitte gründlich alle Geräte und Matten die Du im Kurs benutzt hast und lege dies an Ihren Platz zurück. Bitte Trampoline ebenfalls desinfizieren. Bitte bring dein Trampolin alleine zum Stapel zurück. Dein Trainer wird Dir dort beim Stapeln helfen.

6. Jeder Teilnehmer verlässt einzeln den Kursraum, wechselt die Schuhe. Neben dem Platz, wo du Deine Schuhe wechselst, liegen auch die Mitgliedskarten bereit. Bitte schau auf Deinen Namen und nimm Deine Karte mit. Sobald der Platz frei ist, kann der nächste Teilnehmer zum Schuhe wechseln.

7. Bitte achte auch nach dem Kurs beim Verlassen des Studios auf die Abstandsregelung von 1,5m

8. Es besteht keine Mundschutzpflicht für den Aufenthalt im Studio und während des Trainings. Es steht Dir frei, ob Du beim Betreten und Verlassen des Studios einen Mundschutz tragen möchtest. Für das Training empfehlen wir dringend in jedem Fall den Mundschutz abzunehmen.

9. Wir haben ausreichend Desinfektionsmittel in jedem Kursraum und auf den Toiletten für Dich bereitgestellt.

10. Es stehen auch Handschuhe am Check-in bereit, falls Du mit Handschuhen trainieren möchtest (es besteht keine Pflicht zum Tragen von Handschuhen!).

Sicherheitshinweise:

1. Solltest du grippeähnliche Symptome, Fieber, Husten oder Schnupfen haben, bitten wir Dich bis zur vollständigen Genesung das Studio nicht zu betreten. Dies gilt ebenfalls für Personen, die in den letzten 14 Tagen Kontakt zu infizierten Personen hatten.
2. Wir bitten alle Personen, die zur Risikogruppe gehören, Mundschutz zu tragen bis sie an Ihrem Trainingsplatz im Kursraum angekommen sind. Dies gilt auch nach dem Kurs und beim Verlassen des Studios.
3. Personen, die zur Risikogruppe zählen, bitten wir, zur eigenen Sicherheit, mit Handschuhen zu trainieren.
4. Wir hoffen auf Rücksicht und Eigenverantwortung jedes Einzelnen, dass bald weitere Lockerungen möglich sind.

Wir bitten um Verständnis für die behördlichen Maßnahmen, an die wir uns halten müssen und hoffen, dass wir bald wieder zu unser "Normalität" zurück kehren können.

Für weitere Fragen und Infos stehen wir Dir natürlich gerne jederzeit per Mail, per Whats App oder telefonisch unter 0151/29118026 zur Verfügung.

Wir freuen uns schon jetzt Dich endlich wieder zu sehen.

Mit sportlichen Grüßen

„Dein Kursstudio“

Dance&Jumping Studio Rheinmain