

1. Der **Zutritt zum Studio** ist so zu regeln, dass nicht mehr Kunden in das Studio gelangen, als Plätze in den Kursräumen und Geräte nach den folgenden Regeln nutzbar sind. Ersatzweise ist als Maßstab pro 7 qm Fläche im Fitnessstudio nicht mehr als 1 Kundin/Kunde zuzulassen.  
→ Dies entspricht **57 Personen** bei einer Trainingsfläche von 400 qm im Studio.
2. Kundinnen und Kunden sowie Beschäftigte mit Symptomen einer **Atemwegsinfektion dürfen keinen Zutritt** zum Fitnessstudio haben; Ausnahmen bei Beschäftigten sind nach ärztlicher Abklärung möglich (keine COVID-19-Erkrankung).
3. Kundinnen und Kunden müssen sich nach Betreten des Fitnessstudios die **Hände waschen oder desinfizieren**. Auf nicht kontaktfreie Begrüßungsrituale (Händeschütteln etc.) wird verzichtet. **Beim Betreten und Verlassen der Anlage gilt Mund-Nasenschutzpflicht. Erst auf der Trainingsfläche dürfen die Kunden entscheiden ob sie den Mund-Nasenschutz ablegen.**
4. Um zu dokumentieren und gegebenenfalls nachzuweisen, wann ein Kunde kommt und wann er das Studio wieder verlässt, wird die Studiosoftware mit Check-In und Check-Out System verwendet.
5. **Umkleiden** sind ausschließlich zur Verwahrung der privaten Gegenstände und wechseln der Schuhe zu öffnen. **Kommt also schon in Sportsachen.**
6. Die **Nutzung der Duschen und Sauna** ist bis auf weiteres **untersagt**. Andulationstherapie, Bemer-Gefäßtherapie sowie Vibrationstherapie bleiben erlaubt. Nach jedem Benutzen dieser medizinischen Liegen werden diese vom Personal desinfiziert.
7. Der **gastronomische Teil** des Studios wird **auf ein Minimum begrenzt**. Auf das Zubereiten von Shakes o.ä. wird verzichtet. Verkauft werden nur noch verpackte Lebensmittel (Riegel, Eiweißbeutel, o.ä.). Dem Kunden zugängliche Getränkespender werden abgesperrt. Die Herausgabe von Mineralgetränken erfolgt nur vom Personal.
8. Auf Körperkontakt im Studio, vor allem in den Kursen, wird verzichtet. Außerdem wird **hochintensives Ausdauertraining (HIIT, Crossfit-Workouts, o.ä.) nicht durchgeführt** werden.
9. Der Kursraum verfügt über Bodenmarkierungen mit Platz von 2m in alle Richtungen, damit enger Kontakt zu anderen Teilnehmern vermieden wird. Der Teilnehmer hält sich während des gesamten Kurses auf seiner Markierung auf. **(Kurse finden erst wieder ab dem 1.6.2020 statt!)**
10. Das Studio ist so umgestaltet worden, dass der **Abstand** zwischen zwei gleichzeitig besetzten Geräten immer **mindestens 2m** beträgt.
11. Mitarbeiter müssen in allen Räumlichkeiten – soweit keine medizinischen Gründe entgegenstehen – eine Mund-Nase-Bedeckung tragen. Trainerinnen und Trainer bzw. Kursleiterinnen und Kursleiter können – sofern dies zur Ausübung ihrer Tätigkeit erforderlich ist – unter Wahrung der Abstandsregeln auf eine Mund-Nase-Bedeckung verzichten.
12. Das **Unterlegen großer, selbst mitgebrachter Handtücher ist obligatorisch**.
13. Die Kontaktflächen aller Sportgeräte sowie weitere Kontaktflächen (bspw. Spinde, Ablagen etc.) werden nach jedem Gebrauch desinfiziert. Dem Kunden stehen dafür **zusätzliche Desinfektionsmittelspender** zur Verfügung.
14. Trainingsmaterialien werden dem Kunden auf der Trainingsfläche nicht zur Verfügung gestellt. Im Kursraum bekommt jeder Teilnehmer zu Beginn der Stunde die benötigten Materialien. Diese werden dann nur vom jeweiligen Teilnehmer benutzt und nach Beendigung der Stunde gründlich desinfiziert.
15. In Sanitärräumen werden Händedesinfektionsmittel, Flüssigseife und Einmalhandtücher zur Verfügung gestellt. Sanitärräume werden mindestens zweimal täglich gereinigt.
16. Abfälle (Papier, usw.) werden zweimal täglich entfernt.
17. Die Mitarbeitenden werden in die vorgenannten Schutzmaßnahmen und Verhaltensregeln (inkl. allg. Regeln des Infektionsschutzes wie „**Niesetikette**“ etc.) eingewiesen. Kundinnen und Kunden werden durch Hinweisschilder, Aushänge usw. über die einzuhaltenden Regeln informiert.