Verhaltensregeln Gesundheitstraining



(orientiert an der Schutzverordnung des Landes Niedersachsen)

Bitte beachten Sie gemäß der behördlichen Vorgaben und interner Maßnahme folgende Verhaltensregeln:

- Bei Symptomen einer Atemwegsinfektion ist der Zutritt zum Gesundheitstraining untersagt – bitte schützen Sie sich und uns!
- Bitte tragen Sie in auf allen Laufwegen des Rehazentrums immer eine medizinische Mund-Nasen-Bedeckung. Bei der Übungsausführung an den Geräten und auf der Matte in den Fitnesskursen dürfen die Masken abgenommen werden. Auf den Wegen zwischen den Übungen bitte die Maske wieder ordnungsgemäß tragen.
- Nach Betreten des Gesundheitstrainings bitte die Hände waschen oder desinfizieren
- CheckIn CheckOut ist zur Erfassung des Zeitpunktes des Betretens und Verlassens des Gesundheitstrainings verpflichtend
- Bitte halten Sie mind. 2,0m Abstand zueinander; "Grüppchenbildung" vermeiden
- Bitte benutzen Sie zur Trainingsdokumentation Ihren eigenen Stift
- Trinken vor, während und nach dem Training ist enorm wichtig: zur Vermeidung von Warteschlangen an unserem Wasserspender bitten wir Sie höflich darum, Ihre eigenen Getränke mitzubringen (bitte KEINE Glasflaschen)
- Bitte achten Sie auf das Unterlegen großer, mitgebrachter Handtücher (obligatorisch)
- Bitte reinigen Sie nach Beendigung jeder Trainingsübung alle Kontaktflächen an den Geräten (nicht die Polster!) mit den zur Verfügung stehenden Reinigungs- und Desinfektionsmitteln, ebenso genutzte Kleingeräte sowie das Zubehör der Seilzüge
- Unzulässig ist aufgrund der Aerosolbelastung jedes hochintensive Training
- Bei Fragen stehen Ihnen unsere Trainer und Servicekräfte selbstverständlich zur Seite

Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung und Ihr Verständnis!

Verhaltensregeln Gesundheitstraining



(orientiert an der Schutzverordnung des Landes Niedersachsen)

Bitte beachten Sie gemäß der behördlichen Vorgaben und interner Maßnahme folgende Verhaltensregeln:

- Bei Symptomen einer Atemwegsinfektion ist der Zutritt zum Gesundheitstraining untersagt – bitte schützen Sie sich und uns!
- Bitte tragen Sie in auf allen Laufwegen des Rehazentrums immer eine medizinische Mund-Nasen-Bedeckung. Bei der Übungsausführung an den Geräten und auf der Matte in den Fitnesskursen dürfen die Masken abgenommen werden. Auf den Wegen zwischen den Übungen bitte die Maske wieder ordnungsgemäß tragen.
- Nach Betreten des Gesundheitstrainings bitte die Hände waschen oder desinfizieren
- CheckIn CheckOut ist zur Erfassung des Zeitpunktes des Betretens und Verlassens des Gesundheitstrainings verpflichtend
- Bitte halten Sie mind. 2,0m Abstand zueinander; "Grüppchenbildung" vermeiden
- Bitte benutzen Sie zur Trainingsdokumentation Ihren eigenen Stift
- Trinken vor, während und nach dem Training ist enorm wichtig: zur Vermeidung von Warteschlangen an unserem Wasserspender bitten wir Sie höflich darum, Ihre eigenen Getränke mitzubringen (bitte KEINE Glasflaschen)
- Bitte achten Sie auf das Unterlegen großer, mitgebrachter Handtücher (obligatorisch)
- Bitte reinigen Sie nach Beendigung jeder Trainingsübung alle Kontaktflächen an den Geräten (nicht die Polster!) mit den zur Verfügung stehenden Reinigungs- und Desinfektionsmitteln, ebenso genutzte Kleingeräte sowie das Zubehör der Seilzüge
- Unzulässig ist aufgrund der Aerosolbelastung jedes hochintensive Training
- Bei Fragen stehen Ihnen unsere Trainer und Servicekräfte selbstverständlich zur Seite

Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung und Ihr Verständnis!