

Hygienemaßnahmen Stadtteiltraining / Kurse im Speicher

Unsere Trainer kontrollieren der Warnstufe entsprechend die „3G, 2G oder 2G+ Regelung“ (basierend auf der Corona-Verordnung des Land Niedersachsen Stand 24.11.2021)

Stadtteiltraining / Sp(im)Ort

- Jeder Teilnehmer nutzt für sein Training eine eigene Fitnessmatte (Handtuch). Diese wird mit mehr als 2m Abstand zu anderen Teilnehmern ausgelegt.
- Die Übungen werden größtenteils mit dem eigenen Körpergewicht absolviert. Wenn Equipment genutzt wird, so wird dieses nach dem Kurs entsprechend desinfiziert.
- An allen Standorten findet das Training „outdoor“ statt. Die Standorte sind so gewählt, dass es keine Engpässe gibt und jederzeit genügend Abstand zwischen den Teilnehmern eingehalten werden kann.

Kurse in: Der [LAUTE] Speicher Osnabrück

- Im Bereich des Treppenhauses und im Eingangsbereich des Trainingsraums ist eine medizinische Maske / FFP2 Maske zu tragen.
- Beim Betreten des Trainingsraums sind die Hände zu desinfizieren
- Das Training erfolgt kontaktlos und mit einem Mindestabstand von 2m pro Trainierenden/Trainingspaar. Genutztes Equipment wird nach dem Kurs entsprechend desinfiziert.
- Die Teilnehmer werden gebeten in Sportkleidung zu kommen.
- Vor, während und nach dem Kurs wird der Raum entsprechend gelüftet.

Wir bitten alle Teilnehmer um Rücksicht und Beachtung der Hygienemaßnahmen und freuen uns auf ein gemeinsames Training!