

Maßnahmen zur Einhaltung der Verordnung und des Infektionsschutzgesetzes:

- Kurszeiten sind so angepasst, dass die Teilnehmer des Folgekurses und des aktuellen Kurses sich nicht treffen.
Bsp. Kurs 1 18:15-19 Uhr, Kurs 2 19:15 – 20:00 Uhr
- Es gibt keine Verweildauer neben den Kurszeiten im Gebäude
- Der Teilnehmer kann den Studioeingang ohne Berühren von Griffen erreichen
- Während des Kurses bleibt der Studioeingang geschlossen (nicht abgeschlossen) und wird durch den Trainer geöffnet.
- Die Teilnehmer dürfen 5 Minuten vor Kursbeginn das Gebäude betreten. Vorher haben sie die Möglichkeit vor dem Gebäude an der frischen Luft zu warten. (gegebenenfalls geschützt vor Nässe)
- Während der Pause werden die Räume gelüftet, Matten, Griffe und Ablagen desinfiziert
- Jeder Teilnehmer muss sich vor Eintritt und bei Verlassen des Studios die Hände desinfizieren. Waschmöglichkeiten, Papierhandtücher und Desinfektionsmöglichkeiten sind mehrfach gegeben
- Maskenpflicht bis/ab Matte
- Teilnehmer dürfen keine Krankheitszeichen, wie erhöhte Temperatur oder Erkältungsanzeichen etc. haben
- Teilnehmerliste wird geführt und unterschrieben
- Jeder Teilnehmer erhält einen zugewiesenen, nummerierten Platz für seine Schuhe und Jacke. Diese Ablagemöglichkeiten sind auf 2 Räume verteilt. Dazu werden die Umkleide und ein Teil der Küche genutzt
- Der große Kursraum wird mit 3 Teilnehmern und einem Trainer belegt. Dieser ist während des gesamten Kurses zu lüften
- Jeder Teilnehmer erhält eine desinfizierte Matte auf einem zugewiesenen, nummerierten Platz Hierbei wird die Reihenfolge auf „first in – last out“ festgelegt
- Der Teilnehmer hat seine Matte mit einem großen Tuch abzudecken
- Der Trainer verlässt seine Matte nicht und hält zu jederzeit Abstand
- Die kleinen Kursräume werden als „privater online Raum“ genutzt. Ein Teilnehmer in einem Raum. Seine persönlichen Gegenstände hat der Teilnehmer auf der vorgesehenen Ablage abzulegen. Er erhält eine desinfizierte Matte, welche mit einem großen Handtuch abzudecken ist. Der Zugang zum Onlinekurs wird vorab durch den Trainer aktiviert. Der Raum ist durchgehend zu lüften
- Teilnehmer im „privaten online Raum“ gehen direkt bei Betreten in Ihren gebuchten Raum und verlassen das Studio als erstes
- Getränke müssen in verschließbaren Flaschen mitgebracht werden. Die Küche bleibt geschlossen
- Die Toilettenräume dürfen genutzt werden. Schlangenbildung ist zu vermeiden. Masken müssen, für den Weg zur Toilette und zurück, getragen werden.

Ich habe die Hygieneregeln gelesen und zur Kenntnis genommen. Ich bin mir darüber im Klaren, dass ich mein Training im Pilates-Körperatelier auf eigenen Verantwortung ausführe.

Ort, Datum

Unterschrift