

Trainingsablauf

- **Beachtung aller Hygieneregeln**
- **Bitte halten Sie den nötigen Abstand zu allen Personen, die sich in der Praxis bewegen**
- **Kommen Sie in Sportkleidung und wechseln Sie nur die Schuhe in der Praxis**
- **Der Schließfacherraum ist einzeln zu betreten**
- **Bitte bringen Sie sich eigene Getränke mit**
- **Großes Handtuch (Saunatuch) ist mitzubringen**
- **Einmalhandschuhe beim Trainieren tragen**
- **Trainiert wird im Uhrzeigersinn, beachten Sie die roten Pfeile**
- **Der Gerätewechsel erfolgt gleichzeitig, damit der Abstand erhalten bleibt**
- **Halten Sie sich an die vorgegebene Zeitabsprache**
- **Verlassen Sie nach 55 Minuten den Trainingsraum, damit unnötige Wartezeiten verhindert werden und das Training reibungslos ablaufen kann**
- **Desinfektionsmittel sind vorhanden**
- **Bitte die Chipkarten zu jedem Training mitbringen**

Bei Fragen und Unsicherheiten wenden Sie sich wie gewohnt an uns !

Schön, dass Ihr/Sie wieder da seid/sind !