



Benützungsregeln SBR-Trainingsraum

Stand: 28.10.2020

Liebe Sportfreunde!

Nach einem Sommer mit hoffentlich jeder Menge Outdoor-Sport steht nun die Indoor-Saison vor der Tür. Im Sinne eines bestmöglichen Schutzes eurer Gesundheit gelten für die Benützung des Studios bis auf weiteres folgende Regeln:

- ▶ **Es dürfen sich max. 10 Personen gleichzeitig im Studio aufhalten! (Gruppentraining mit max. 6 Personen + TrainerIn)**
- ▶ **Beim Betreten: Hände gründlich mit Seife waschen oder desinfizieren!**
- ▶ **Beim Betreten und in der Umkleide: Mindestabstand von 1 Meter zu anderen Personen & Mund-Nasen-Schutz-Pflicht!**
- ▶ **In der Dusche: Max. 1 Person!**
- ▶ **Beim Trainieren: Mindestabstand von 2 Metern zu anderen Personen!**
- ▶ **Nies- und Hustenhygiene einhalten!**
- ▶ **Geräte (auch Hanteln) nach Gebrauch desinfizieren!**
- ▶ **Auf Trainingsbänken und Geräten Handtuch unterlegen!**
- ▶ **Kein Besuch des Studios bei Krankheitssymptomen!**

Danke für euer Verständnis & viel Spaß beim Training!
Euer SBR-Team