

BERLIN BOOTCAMP COVID-19 HYGIENEKONZEPT

Nun, da wir endlich wieder im Freien zusammen trainieren können, müssen wir gleichzeitig sehr genau auf die Hygiene und den Umgang miteinander achten, um diese Freiheit nicht wieder zu verlieren und die Corona Pandemie weiterhin zu verlangsamen und einzudämmen. Daher hier einige Regeln und Richtlinien, die jeder Teilnehmer eines BERLIN BOOTCAMPS oder Personal Trainings nach Möglichkeit zu befolgen hat, solange die Pandemie Situation anhält.

1. TeilnehmerInnen halten zueinander und zur Trainerin mindestens 1,5m Abstand.
Auch Personen aus einem Haushalt, sodass für Außenstehende die Abstandsregelung ersichtlich ist.
2. Leider keinerlei Berührungen vor oder nach dem Training.
3. Trainingsequipment wie z.B. Gewichte werden von der Trainerin vor und nach dem Training desinfiziert.
4. Jeder bringt zum Training eine eigene Matte mit und trainiert auf dieser - die Verteilung der Matten hilft so auch beim Abstandhalten.
5. Auch bei Ankunft und beim Verlassen des Trainingsorts auf Abstand von mindestens 1,5m achten.
6. Bei genügend Abstand muss zur Zeit KEIN Mundschutz getragen werden.
7. Wenn möglich Hände direkt vor und nach dem Training desinfizieren.
8. Wird ein Gruppenteilnehmer positiv auf Covid-19 getestet muss dies sofort der Trainerin mitgeteilt werden. Außerdem werden sofort alle Teilnehmer informiert und das Bootcamp pausiert.
9. Hat ein Teilnehmer Krankheitssymptome (z.B. Husten oder Fieber) oder war in den vergangenen 14 Tagen in Kontakt mit einem positiv getesteten Covid-19 Patienten, muss dieser Teilnehmer leider vom Training ausgeschlossen werden.
Trainingseinheiten verfallen in diesem Fall natürlich nicht.
10. Wird das Hygienekonzept wissentlich/mutwillig nicht eingehalten, kann die Trainerin die betroffene Person vom Training ohne Anspruch auf Rückerstattung ausschließen.
11. Um gemeinsam in Freien zu trainieren muss man entweder vollständig geimpft, oder seit mindestens 2 Wochen aber nicht länger als 6 Monate genesen sein, oder einen negativen Schnelltest, nicht älter als 24 Stunden vorweisen können

Änderungen vorbehalten. Ändert sich das Gesetz, muss sich auch das Hygienekonzept mitunter sehr spontan ändern.

Stand: 4.6.2021

Sara Pamploni

www.sarapamplonipt.com

sarapamplonipt@gmail.com

M 0176 88 47 47 33