



# TSV Neuhausen-Nymphenburg Gym

## Unsere Schutzmaßnahmen für ein sicheres Training

### TRAININGSVORAUSSETZUNG

Das Training ist ausschließlich bei voller Gesundheit gestattet! Bei Krankheitssymptomen bitte zuhause bleiben, erholen und dann nach Genesung mit dem Training loslegen.

### WICHTIGE REGELN FÜR EIN TRAINING

Stand: Juni 2021

Öffnungszeiten: siehe Öffnungszeiten

**Zugangsbeschränkung:** Um ausreichend Abstand sicherstellen zu können, gibt es in unserem Gym eine maximale Besucherzahl von 5 Personen.

**Maskenpflicht:** bei jeglicher Fortbewegung im Studio muss immer eine FFP2-Maske getragen werden. Einzige Ausnahme: beim Training am Gerät selbst darf die Maske abgenommen werden.

Umkleiden & Duschen: sind geöffnet (Mindestabstand beachten!)

Fair Play: Trainingszeit auf 45 min begrenzen

### In unserem Studio gilt für alle die Abstandsregel!

Für Dich als Mitglied bedeutet das:  
immer ausreichend Abstand zu anderen Personen halten  
kein Körperkontakt zu anderen Personen



### HYGIENE & DESINFEKTION

Es gelten erhöhte Hygiene- und Desinfektionsvorgaben.

Hände VOR UND NACH dem Training gründlich waschen und Desinfektionsmittel verwenden



Geräte müssen VOR der Benutzung desinfiziert werden  
Uneingeschränkte Handtuchpflicht



## **TRAININGSABLAUF**

Für einen sicheren Ablauf im Studio und während Deines Trainings, gilt es ein paar Sachen zu beachten:

### **ZUGANGSBESCHRÄNKUNGEN:**

Maximal 5 Personen

### **TRAININGSZEIT:**

Maximal 45 Minuten

### **TRAININGSVERHALTEN:**

In der Ruhe liegt die Kraft

## **TRAINERREGELN**

Auch unsere Trainer werden sich selbstverständlich an die Vorgaben halten:  
unsere Trainer achten ganz genau auf die Einhaltung der Schutzmaßnahmen und Trainingsregeln und setzen diese konsequent durch, unsere Trainer werden zusätzlich zu den Mitgliedern mehrmals täglich Geräte und Flächen desinfizieren