

## **PILATES TRAINING Solothurnerstrasse**

### **Folgende Schutzmassnahmen gelten ab dem 17.02.2022 im Zusammenhang mit COVID-19:**

- Kunden mit Krankheitssymptomen bleiben dem Training fern.
- Angehörige von Risikogruppen nehmen eigenverantwortlich am Training teil.
- Kunden erhalten in den Räumlichkeiten die Möglichkeit zum Waschen und Desinfizieren der Hände.
- Ein Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen allen Personen wird weiterhin empfohlen.
- Trainer und Kunden können in den Räumlichkeiten und während dem Training freiwillig eine Maske tragen.
- Kunden kommen mit dem Lift oder via Treppe ins 5. Obergeschoss und betreten dort den Wartebereich. Gleich links befindet sich der Trainingsraum. Steht die Tür offen, bitte eintreten. Sonst gerne auf dem Stuhl vor dem Trainingsraum Platz nehmen.
- Zwischen den einzelnen Klienten wird das Trainingsgerät desinfiziert. Da die Handschlaufen nicht genügend desinfiziert werden können, werden Einmalhandschuhe zur Verfügung gestellt. Die Verwendung ist freiwillig.  
Kunden können mit eigenen sauberen Socken trainieren, wenn sie dies aus hygienischen Gründen bevorzugen.
- Trainingsanweisungen und Korrekturen erfolgen bis auf Weiteres ohne Körperkontakt.
- Der Trainingsraum wird nach jeder Trainingseinheit gelüftet. Wenn möglich wird mit offenen Fenstern unterrichtet.