

Hygienekonzept Indoorcycling

Der Übungsleiter trifft sich mit seiner Teilnehmergruppe am Seiteneingang/ Geschäftsstelle. Dabei haben alle ihre Mundnasenmaske zu tragen.

Dort hakt er seine Teilnehmerliste ab und diese wird bei der Geschäftsstelle abgegeben(Jede Woche/Stunde).

Am Eingang desinfizieren sich die Teilnehmer die Hände mit dem nötigen 1,5 Meter Abstand.

Auf den Kreuzverkehr zur Geschäftsstelle ist Rücksicht zu nehmen.

Jeder Teilnehmer hat bei seiner ersten Teilnahme einen unterschriebenen Teilnehmerleitfaden abzugeben. Sonst ist keine Trainingsteilnahme möglich.

Die Umkleiden sind geöffnet und können mit max. 4 Personen gleichzeitig belegt werden. Bitte zügig Jacken/Schuhe wechseln, damit weitere Teilnehmer den Raum nutzen können.

Die Duschen sind gesperrt. Die Größe und Belüftung lässt nur 1 Person zu, deshalb halten wir sie geschlossen.

Die Teilnehmer sollen wenn möglich Umgezogen kommen, bis auf die Schuhe.

INDOORCYCLING CORONAREGELN.

- Teilnehmer betreten nach dem Übungsleiter einzeln den Übungsraum mit Mund Nasen Maske
- Jeder Teilnehmer hat sein Rad vor Beginn der Übungsstunde selbst zu desinfizieren
- Erst wenn sie auf dem Rad sitzen kann/darf die Maske abgesetzt werden
- Nach der Trainingsstunde muss jeder Teilnehmer mit Mund Nasen Maske das Rad desinfizieren und den Boden um das Rad.
- Danach verlassen alle unter Beachtung des 1,5 m Sicherheitsabstandes den Trainingsraum/ Umkleide sowie das Gebäude umgehend.
- Die Räder müssen auf dem vorgegeben Platz stehen bleiben.
- Der Übungsraum muss nach/zwischen dem Trainingseinheiten mindestens 15 Minuten vollumfänglich gelüftet werden. Das Lüften während der Trainingseinheit ist auch notwendig da wir keine Lüftungsanlage haben in diesem Raum.