



Schutz- und Hygienekonzept

n-fit Studio für gesunde Bewegung
Corinna Dittrich
Rudolf- Breitscheid-Str. 4
09405 Zschopau

Ansprechpartnerin zum Infektions- bzw. Hygieneschutz

Corinna Dittrich
Kontakt: 03725 344126 / info@nfit.de

Es gelten die aktuellen Regeln der sächsischen Corona Schutzverordnung.

1. Maßnahmen zur Gewährleistung des Mindestabstands von 1,5 m:

- Die maximale Zahl der Teilnehmer im Studio wird auf 14 Personen pro Kurs begrenzt, sofern die aktuellen gesetzlichen Vorschriften keine andere Teilnehmer-Höchstgrenze festlegen.
- Ich empfehle, nicht eher als 10 Minuten vor Kursbeginn zu erscheinen, damit alle ausreichend Zeit für Infektionsschutz- und Hygienemaßnahmen zwischen den Kursen haben und ein Zusammentreffen mit Teilnehmern des Vorkurses vermieden werden kann.
- Die Abstände zwischen den Übenden/Meditierenden/Trainierenden beträgt mindestens 1,5 m.
- Auf Übungen mit Körperkontakt wird verzichtet, ebenso auf Hilfestellung.
- Die Umkleiden sind ausschließlich für das Ablegen der Straßenkleidung und Straßenschuhe, zügig und im Sicherheitsabstand zu benutzen. Sie werden dauerbelüftet. Das Ablegen der Straßenkleidung im Kursraum ist nicht gestattet.

2. Mund-Nasen-Maske (MUNASKE):

- Wir setzen das Tragen der MUNASKE in allen Bereichen des Studios außerhalb des Kursraumes voraus z.B. beim Betreten oder Verlassen des Studios, im Treppenhaus, im Empfangsbereich, am Tresen, beim Toilettengang usw.
- Beim tatsächlichen Üben muss keine Maske getragen werden.

3. Handhygiene:

- Es stehen zugelassene Desinfektionsmittel im Eingangsbereich und in den Waschräumen bereit.
- Nach dem Händewaschen wird empfohlen, das eigene, mitgebrachte Handtuch zu benutzen.
- Räume und Kontaktflächen werden regelmäßig gereinigt und desinfiziert.

4. Sonstige Schutz-, Arbeitsschutz- und Hygienemaßnahmen:

- Die Teilnahme am Kurs ist nur in gesundem Zustand und ohne Krankheitssymptome möglich.
- Die Duschen sind geschlossen.
- Die Trainingsgeräte werden nach jeder Nutzung mit zugelassener Flächendesinfektion durch den Nutzer desinfiziert.
- Das Mitbringen eigener Trainingsmatten ist wünschenswert. Bei Benutzung der Studiomatten werden diese nach der Kurseinheit vom Nutzer desinfiziert.
- Im Studio sind keine Getränke erhältlich.
- Alle Räume des Studios werden regelmäßig und intensiv gelüftet.
- Die Einhaltung der Niesetikette (Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, nicht in die Hand; nur einmalige Benutzung von Taschentüchern ...) ist erwünscht.

Zschopau, 17.01.2022

Corinna Dittrich / Inhaberin