

Verhaltensregeln

- Bei Krankheitssymptomen bitte zu Hause bleiben und Arzt kontaktieren!!
- Bitte kommen Sie möglichst bereits in Sportbekleidung und nutzen die Umkleidekabine nur zum Schuhe wechseln!
- Duschen ist wieder möglich, jedoch in begrenzter Personenzahl und in unserem Saunabereich (Damen max. 2 Personen / Herren max. 3 Personen gleichzeitig im Raum)
- **GROSSES** Hand-/Badetuch als Unterlage mitbringen!
- Vor Betreten des Kursraumes bitte **Hände desinfizieren!**
- Achten Sie immer auf mindestens 1,5 m Abstand zur nächsten Person!
- **Mund-Nasen-Schutz:** Auf den Gymnastikmatten kann er abgenommen werden. Bei Bewegung im Raum tragen Sie ihn bitte **immer!**

Wichtig: Die Matten werden bereits an Ort und Stelle liegen, wenn Sie den Kursraum betreten. **Verändern Sie deren Position bitte NICHT!** -