

So schützen wir uns gegenseitig.

Bei Covid-19 Symptomen bitten wir Sie, zu Hause zu bleiben und ein Arzzeugnis an kursadministration@beckenboden.com zu senden.

Physische Distanz

Weil Abstand schützt,

- haben wir die Einrichtung im jeweiligen Kursraum entsprechend angepasst. Zwischen den Teilnehmenden und dem Kursleitenden ist jederzeit genügend Abstand sichergestellt.
- ist die Anzahl der Teilnehmenden den Platzverhältnissen angepasst.
- wählt der Kursleitende bei der Unterrichtsgestaltung Methoden, die die Einhaltung der Distanzregel gewährleisten. Der Kursleitende korrigiert die Übungen mündlich. Sollte dies bei einzelnen Praxiseinheiten nicht möglich sein, werden Masken getragen. Die Mitnahme einer Maske liegt in Ihrer Eigenverantwortung.

Hygiene

Weil die Hygiene entscheidend ist,

- finden Sie beim Eingang und teilweise in den Kursräumen Desinfektionsmittel oder die Möglichkeit zum Händewaschen.
- werden die Räume regelmässig und gut durchgelüftet.
- werden Gegenstände wie Tische, Türgriffe und Liftknöpfe in regelmässigen Abständen vom Vermieter gereinigt und desinfiziert.
- dürfen Garderoben, nur unter Einhaltung der Hygiene- und Distanzregeln genutzt werden. Wir bitten Sie, wenn möglich, in Trainingskleidung anzureisen.
- bitten wir Sie, Ihre eigene Gymnastikmatte oder ein grosses Frotteetuch mitzubringen.

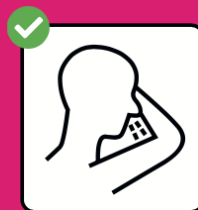
WEITERHIN WICHTIG:



Gründlich
Hände waschen.



Hände schütteln
vermeiden.



In Taschentuch oder
Armbeuge husten
und niesen.



Bei Symptomen
zuhause bleiben.



Nur nach telefoni-
scher Anmeldung
in Arztpraxis oder
Notfallstation.

Art-316.621.d

www.bag-coronavirus.ch