

## Schutzkonzept Covid-19

Trotz Corona Virus möchten wir dir ein sicheres Trainieren bei LUMA Pilates & Yoga ermöglichen. Bitte unterstütze uns dabei.

### LUMA Pilates & Yoga:

- Die Vorschriften des BAG über die Hygiene und die soziale Distanz vom 1.5m werden während des ganzen Trainings eingehalten.
- Trainingsanweisungen werden nur verbal erfolgen. Kein Körperkontakt.
- Während des Trainings werden keine physische Kontakte erfolgen.
- Verwendete Trainingsutensilien (Matten, Kleingeräte), sowie Türklinken etc. werden vor und nach dem Training durch uns desinfiziert.
- Der Raum wird nach jedem Training gut durchlüftet. Ebenfalls auch während der Lektion
- Die Gruppen sind auf eine Anzahl Teilnehmer begrenzt 10m<sup>2</sup>/Person. Durch unser Online Anmeldesystem können nicht mehr Kunden buchen, als Platz vorhanden ist. Der Trainer weiss genau wie viele Teilnehmer angemeldet sind und legt die Matten und das benötigte Material bereits mit dem min. Abstand von 2m bereit, somit verzichten wir auf Bodenmarkierungen.
- Vor- während und nach der Stunde tragen wir eine Maske.

### Kunde:

- Bitte bleibe bei Verdacht auf eine Infektionskrankheit zu Hause.
- Komm bitte nicht zu früh, sondern Pünktlich zum Termin, damit es keine Kreuzungen mit Kunden vorher gibt.
- Bitte wasch dir vor der Stunde in der Toilette die Hände mit Seife mind. 20Sek. Hände mit Seife zu waschen ist effektiver als Desinfektionsmittel.
- Es gilt eine Maskenpflicht in Innenräumen. Vor- während und nach der Stunde tragen wir eine Maske.
- Wenn möglich komm bereits in Trainingskleidung. Du kannst dich in der Garderobe umziehen und auch duschen, wenn du immer den Abstand zu anderen von 1.5m bewahrst.
- Wenn du eine eigene Matte hast, bring diese mit, ist aber nicht zwingend nötig.