














*Hier findet ihr die wichtigsten und aktuellsten Regeln, die ab dem
01.07.2020 unbedingt einzuhalten sind!*

Wir halten uns dabei an die aktuellsten Vorschriften vom Land BW vom 25.06.2020!

-  Trainieren darf grundsätzlich nur, wer sich absolut fit fühlt, keine Fieber- oder Erkältungsanzeichen hat und nicht im direkten Kontakt mit an COVID-19 erkrankten Personen steht.
-  Im gesamten Studio ist außerhalb der Übungseinheiten ein **Mindestabstand von 1,5 Metern** einzuhalten!
-  Die Umkleiden dürfen unter Einhaltung des Mindestabstands von 1,5m wieder genutzt werden.
**Schuhe MÜSSEN übrigens weiterhin gewechselt werden!
Training in Straßenschuhen ist nicht erlaubt!**
-  **Der Dusch- und Wellnessbereich** darf unter Einhaltung der Abstandsregeln wieder genutzt werden.
Eine Nutzung der Sauna und der Wellnessliegen ist nur mit einem **entsprechend großen Handtuch** möglich!
-  Das Training ist ebenfalls nur mit **ausreichend großem Handtuch** erlaubt.
-  **Es muss sich niemand zum Training anmelden und es gibt auch keine zeitliche Beschränkung fürs Training!**
In der NoExcuse App könnt ihr die Studioauslastung jederzeit von zu Hause aus einsehen und das Training bei Bedarf umplanen wenn euch zu viel los sein sollte!
-  Wir empfehlen weiterhin die Trainingsgeräte nach jeder Benutzung zu reinigen **oder** zu desinfizieren!
-  **Ausdauergeräte müssen immer nach der Benutzung gereinigt werden!**
-  In den Kursen gibt es weiterhin eine maximale Teilnehmerzahl (max. 20 Personen im großen und 10 im kleinen Kursraum!). Ihr könnt euch auch weiterhin zwei Tage vor dem Kurs in eine Teilnehmerliste eintragen und einen Platz reservieren. Bitte gebt den Platz unbedingt wieder frei wenn ihr doch nicht kommen könnt!
(Beachtet bitte den geänderten Kursplan ab 01.07.2020!)
-  Es besteht weder beim Training noch beim Betreten oder Verlassen des Studios Mundschutzpflicht!
-  Kontakte außerhalb der Trainings- und Übungszeiten sind auf ein Mindestmaß zu beschränken.
-  Bitte achtet grundsätzlich auf Hygiene- und Infektionsschutz.
-  Den Anweisungen des Personals ist grundsätzlich Folge zu leisten!

Wir wünschen Euch viel Spaß beim Training und nehmt Rücksicht aufeinander!