



# SCHUTZKONZEPT PANTHERA LADYS GYM

## 1. ALLGEMEINE INFOS VOM PANTHERA LADYS GYM

Wir bitten alle Kundinnen, sich solidarisch und im Sinne der Eigenverantwortung an das Schutzkonzept zu halten. Weiter ist den Weisungen der Mitarbeiter und Behörden Folge zu leisten. Das Panthera Ladys Gym behält sich vor, die hier aufgeführten Bestimmungen jederzeit der aktuellen Situation entsprechend anzupassen. Die Prüfung seitens des BAG vor einigen Tagen haben wir bestanden.

	Vorgaben	Umsetzung
1.1	Abstand	Bitte den Abstand von 1.5 Meter zur nächsten Person einhalten.
1.2	Ein- und Auschecken	Jeder ist verpflichtet sich ein- und auszuchecken.
1.3	Groupfitness	Groupfitnesskurse finden wie gewohnt statt.
1.4	Effizient zum Ziel	Melde dich jetzt für eine Beratung.
1.5	Öffnungszeiten Fitness	Montag / Mittwoch: 07:30 – 21:00 Uhr Dienstag / Donnerstag / Freitag: 08:00 – 21:00 Uhr Wochenende: 08:00 – 15:00
1.6	Raumbelüftung	Die Raumbelüftung im Panthera Ladys Gym garantiert ständige Frischluftzufuhr.

## 2. HANDHYGIENE UND HYGIENEVORSCHRIFTEN WÄHREND DEINEM AUFENTHALT IM CENTER.

	Vorgaben	Umsetzung
2.1	Hände waschen und desinfizieren	Wascht und desinfiziert bitte eure Hände beim Eintreten und Verlassen des Centers.

		Es befinden sich Desinfektionsspender beim Eingang, in der Garderobe und an der Theke.
2.2	Geräte desinfizieren	Jedes Trainingsgerät (ausser eGym) muss nach Gebrauch desinfiziert werden. Desinfektionsstationen sind im Center verteilt.
2.3	eGym Zirkel	Bitte zu Beginn die Hände desinfizieren. Der eGym Zirkel wird regelmässig vom Personal gereinigt und desinfiziert.
2.4	Trainingstuch	Bring dein eigenes Handtuch mit und verwende es beim Benutzen aller Kraft- und Ausdauergeräte.
2.5	Husten / Niesen	Huste oder niese bitte in den Ellenbogen oder in ein Taschentuch und entsorge dies dann in unseren geschlossenen Papierkörben. Bitte wasch und desinfiziere anschliessend deine Hände.

### 3. DISTANZ HALTEN

---

Mitarbeitende und andere Personen halten 1.5 Meter Distanz zueinander.

	Vorgaben	Umsetzung
3.1	Mindestabstand	Der Mindestabstand von 1.5 Meter muss zu jeder Zeit in jedem Bereich eingehalten werden.
3.2	Abtrennung	Wo nötig, werden Plexiglaswände installiert.

### 4. GROUPTFITNESS

---

	Vorgaben	Massnahmen
4.1	Anmeldung	Eine Anmeldung ist nicht mehr erforderlich.
4.2	Hygiene	Trainingsutensilien werden von jedem einzelnen nach dem Kurs gereinigt und desinfiziert.
4.3	Trainingstuch	Bringe dein eigenes Handtuch mit und verwende es während der Lektion.

### 5. GARDEROBE, SAUNA, DAMPFBAD UND DUSCHE

---

	Vorgaben	Massnahmen
5.1	Dampfbad	Das Dampfbad wird geöffnet. Im ganzen Wellnessbereich bitten wir euch Eigenverantwortung wahrzunehmen und den Abstand von 1.5 Meter einzuhalten.
5.2	Sauna	Die Sauna wird geöffnet. Achtet darauf das ihr stehts die Distanzregeln einhaltet.

5.3	Duschen	Die Duschen stehen zur Verfügung.
5.4	Garderobe	In der Garderobe bitten wir euch Eigenverantwortung wahrzunehmen und den Abstand von 1.5 Meter einzuhalten.

## 6. REINIGUNG

	Vorgaben	Massnahmen
6.1	eGym	Das Personal reinigt den eGym Zirkel in regelmässigen Abständen.
6.2	Fitnesscenter	Das ganze Fitnesscenter wird regelmässig gereinigt und desinfiziert. Dies erfolgt teilweise durch eine externe Firma.
6.3	Türgriffe, WC Anlage, Wasserhähnen, Haarföhne, Allgemeine Ablagen	Diese werden vom Personal gereinigt und desinfiziert.

## 7. ANZEICHEN EINER GRIPPE UND BESONDERS GEFÄHRDETE PERSONEN

	Vorgaben	Massnahmen
7.1	Symptome	Hast du Anzeichen einer Grippe sowie Fieber, Kopfschmerzen oder Atembeschwerden, so bitten wir dich, dem Training fernzubleiben.
7.2	Risikogruppen	Unser Ziel ist es, diese Personen zu schützen. Somit ist es wichtig, dem Schutzkonzept Folge zu leisten.
7.3	Schutzmaske	Leidest du an einer Vorerkrankung oder willst du dich zusätzlich schützen, empfehlen wir dir eine Schutzmaske zu tragen.

## 8. KINDERHORT

Massnahmen
Der Kinderhort ist wieder geöffnet. Bitte informiert euch direkt bei Nadja Menasche 041 610 04 44 / 079 211 17 39 oder unter kinderfit.ch.

PANTHERA LADYS GYM, 29. SEPTEMBER 2020

---