



SCHUTZKONZEPT PANTHERA LADYS GYM

1. ALLGEMEINE INFOS VOM PANTHERA LADYS GYM

Das Panthera Ladys Gym behält sich vor, die hier aufgeführten Bestimmungen jederzeit der aktuellen Situation entsprechend anzupassen.

| | Vorgaben | Umsetzung |
|-----|----------------------------|---|
| 1.1 | Abstand | Bitte den Abstand von 1.5 Meter zur nächsten Person jederzeit einhalten. |
| 1.2 | Ein- und Auschecken | Jeder ist verpflichtet sich ein- und auszuchecken. Somit ist die Platzzahl kontrollierbar und nachvollziehbar. |
| 1.3 | Groupfitness | Groupfitnesskurse finden wieder wie gewohnt statt. Eine Anmeldung ist nicht mehr erforderlich. |
| 1.4 | Solidarität und Weisungen | 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. |
| 1.5 | Anpassungen Trainingspläne | Termine für neue Trainingspläne können wieder vereinbart werden. |
| 1.6 | Öffnungszeiten Fitness | Montag / Mittwoch: 07:30 – 21:00 Uhr Dienstag / Donnerstag / Freitag: 08:00 – 21:00 Uhr Wochenende: 08:00 – 15:00 |

2. HÄNDEHYGIENE 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 und an der Theke. |
| 2.2 | Geräte desinfizieren | Jedes Trainingsgerät (ausser eGym) muss nach Gebrauch desinfiziert werden. Es steht genügend Desinfektionsmittel zur Verfügung. |
| 2.3 | eGym Zirkel | Der eGym Zirkel wird regelmässig vom Personal gereinigt und desinfiziert. |
| 2.4 | Trainingstuch | Bringe 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 wascht und desinfiziere anschliessend eure 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 | Senso Pro | Dieser ist nach jedem Gebrauch vom Kunden zu desinfizieren. |

4. GROUPFITNESS

| | 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 limitiert zur Verfügung. Falls möglich, bitten wir dich zu Hause zu duschen, damit die Verweildauer in der Garderobe kurzgehalten werden kann. |
| 5.4 | Garderobe | Wenn möglich, bitte zu Hause umzuziehen und die Garderobenfächer nur für persönliche Wertsachen zu benutzen. In der Garderobe bitten wir euch Eigenverantwortung wahrzunehmen und den Abstand von 1.5 Meter einzuhalten. |

6. REINIGUNG

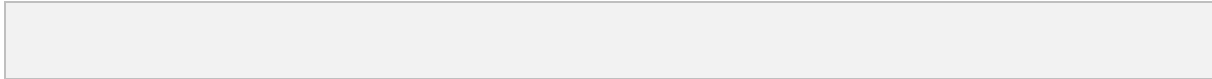
| | Vorgaben | Massnahmen |
|-----|---|---|
| 6.1 | E- Gym | Das Personal reinigt den E-Gym Zirkel in regelmässigen Abständen. |
| 6.2 | Fitnesscenter | Das ganze Fitnesscenter wird regelmässig gereinigt und desinfiziert. Dies erfolgt teilweise durch eine externe Firma. |
| 6.3 | Türgriffe, WC Anlage, 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 | Ältere Menschen | Unser Ziel ist es, diese Personen zu schützen. Somit ist es wichtig, dem Schutzkonzept Folge zu leisten. |
| 7.3 | Vorerkrankungen | Leidest du an einer Vorerkrankung oder willst du dich zusätzlich schützen, empfehlen wir dir einen Mundschutz 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, 07. JULI 2020
