

Corona-Virus

Schutzmassnahmen GymFit Kurse

Im Training müssen die folgenden Hygiene- und Verhaltensregeln eingehalten werden. Wir danken für Ihr Verständnis und freuen uns, Sie begrüessen zu dürfen!

Voraussetzungen

- Wer sich nicht fit fühlt, bleibt zu Hause. Das gilt insbesondere für Personen, die Anzeichen von Covid-19.
- Vor Ort erkrankte Personen verlassen die Räume sofort und begeben sich in Selbstisolation.
- Informieren Sie uns umgehend, wenn Sie mit einer positiv getesteten Person in Kontakt waren (Telefon 061 206 44 66).
- Bringen Sie für die Gymnastikmatte ein grosses Handtuch als Auflage mit.
- Bringen Sie Ihre eigene Trinkflasche und Ihr eigenes Desinfektionsmittel mit.
- Die Kursleitung bestätigt die Anwesenheit der Teilnehmenden pro Lektion in der Präsenzliste.

Hygieneregeln

- Maskenpflicht ab dem Eintreten ins Gebäude, in den Gängen, beim Warten vor den Kursräumen und vor den Toiletten. Auch Personen, die geimpft oder negativ getestet sind, tragen eine Maske.
- **Im Kurs gilt die Zertifikatspflicht für die Kursteilnehmenden und für die Kursleitung.** Ohne Zertifikat: Teilnehmende sowie die Kursleitung tragen eine Maske.
- Das Zertifikat muss vorgewiesen werden und wird durch die Kursleitenden kontrolliert.
- Kommen Sie möglichst in Sportkleidung ins Training.
- Waschen Sie sich bei der Ankunft die Hände und/oder desinfizieren Sie diese mit Desinfektionsmittel.
- Decken Sie Wunden ab oder tragen Sie Schutzhandschuhe.
- Bringen Sie bitte eigenes Schutzmaterial mit.

Distanz

- Die maximale Teilnehmerzahl wird der Raumgrösse angepasst.
- Die Kursleitenden und die Trainierenden halten stets Abstand zueinander.
- Anleitungen und Korrekturen erfolgen ohne Körperkontakt.

Reinigung

- Benutzte Gymnastikmatten, Hocker und weiteres Hilfsmaterial müssen durch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gereinigt werden, sofern Reinigungsmaterial vorhanden ist. In den Räumen des Akzent Forums von Pro Senectute beider Basel ist dies immer der Fall. Die Kursleitenden informieren Sie entsprechend.
- Waschen Sie die Trainingskleider regelmässig.

Information und Management

- Es gelten die aktuellen Schutzmassnahmen gemäss Bundesamt für Gesundheit (BAG).
- Kurse ausserhalb unserer eigenen Räume: Es gelten zusätzlich die Schutzmassnahmen der externen Kurslokale.
- Verantwortlich für die Einhaltung des Hygienekonzepts ist die zuständige Bereichsleitung.