

Bitte beachte!

- Auf den Verkehrswegen im gesamten Haus herrscht Nasen-Mundschuttpflicht, jedoch nicht beim Training.
- Halte Dich an die Abstandsregel von mindestens 1,50 m.
- Hände waschen oder desinfizieren vor jedem Training vor Ort ist Pflicht.
- Training im Fitness-Studio und den Kursräumen nur mit einem gebuchten Termin. 4 Trainingseinheiten im Studio plus 3 Trainingseinheiten aus dem Kursangebot pro Woche sind möglich.
- Bitte komme pünktlich zum Trainingsbeginn. Es kann zu Wartezeiten beim Check-In kommen, deshalb ist respektvolles Miteinander zu beachten.
- Komme komplett umgezogen zum Training. Ein sauberes paar Trainingsschuhe sind gesondert mitzubringen. Trainingsschuhe aus hygienischen Gründen auch in den Yoga- und Pilates-Kursen.
- Bringe ab dem 25. Mai zu Deinen Yoga- und Pilateskursen eine eigene saubere Matte mit.
- Eine eigene saubere Matte darfst Du gerne auch in die anderen Kurse mitbringen.
- Großes Badehandtuch ist Pflicht, wir verleihen keine Handtücher.
- Duschen, Umkleiden und Sauna bleiben geschlossen. Du bekommst die Möglichkeit Deine Sachen (maximal Schuhe, Jacke, Schlüssel, Nasen-Mundschutz) unterzubringen.
- Eigenes Getränk darf mitgebracht werden. Der Wasserspender darf nicht genutzt werden.

Bei nicht
einhalten, ist
Dein Training
leider nicht
möglich!



Sport
Zentrum
Kaarst-Mitte

