

## **Richtig und sicher trainieren bei CampusVital**

*Während der aktuellen Corona-Pandemie gelten folgende besondere Regeln für Präsenzkurse und das Training im Sportstudio:*

- Bitte trainieren Sie nur, wenn Sie sich gesund fühlen
- Umkleideräume und Duschen sind teilweise noch geschlossen. Bitte kommen Sie nach Möglichkeit schon in Sportkleidung und ziehen Sie für das Betreten der Trainingsräume separate Turnschuhe an
- Bitte bringen Sie ein eigenes, großes Handtuch für das Training mit
- Das Tragen einer Maske ist freiwillig, der gebotene Abstand zu anderen Personen dagegen zwingend erforderlich
- Bitte waschen Sie sich regelmäßig und sehr gründlich die Hände und achten Sie darauf, nur in die Armbeuge zu husten oder zu niesen
- Für die Teilnahme an Kursen ist eine Online-Buchung erforderlich
- Das Training im Sportstudio erfolgt ohne Buchung. Es dürfen jedoch maximal vier Personen gleichzeitig im Studio trainieren
- Schweißtreibendes, hoch-intensives Training oder Zirkeltraining darf derzeit nicht durchgeführt werden
- Bitte lüften Sie die Räume regelmäßig und umfangreich
- Bitte reinigen Sie benutzte Geräte und Matten nach dem Trainieren gründlich