

Liebe Teilnehmer*innen

bei der Durchführung der Kurse müssen wir uns an bestimmte Vorgaben halten.
Jede*r Teilnehmer*in entscheidet **eigenverantwortlich und auf eigene Gefahr**, ob er/sie am Kurs teilnimmt.

Folgende Vorgaben sind zu beachten:

Bitte umgezogen und in Trainingsoutfit erscheinen. Mitzubringen und zu beachten ist folgendes:

- Eigener Stift/Kugelschreiber
- Eigene Matte und ggf. Handtuch
- Mund-Nasenschutz
- Ggf. eigene Kleingeräte, z.B. Pilates Ball oder Thera-Band etc. mitbringen



- Wenn das Gebäude betreten wird bitte Mundschutz tragen und einzeln eintreten



- Nach Eintritt in das DGH / die Praxis bitte Hände waschen od. desinfizieren.



- Stets einen Sicherheitsabstand zu anderen Personen von 1.50m einhalten

- Datum / Unterschrift Namen in eine Anwesenheitsliste eintragen.



- Während des Unterrichts müssen keine Masken getragen werden.

- ➡ ➡ Nach dem Unterricht bitte die Räume zügig verlassen

- ☹️☹️☹️ Keine Ansammlungen entstehen lassen

Die Räume werden gut gelüftet, täglich gereinigt und Türklinken mehrere Male am Tag desinfiziert. Der Inhalt der Stunden wird an die Situation angepasst. Ich werde angemessen an die Situation mit oder ohne Mundschutz unterrichten. Desinfektions- und Reinigungsmittel stehen zur Verfügung. Die Räume werden ständig und gut durchlüftet.