

## Hand in Hand – Update November 2020 gemeinsam schaffen wir einen reibungslosen Gym-Alltag

### **PFLICHTEN**

Vor jedem Training mit dem Chip an der Theke einchecken

**Maskenpflicht in allen Innenräumen, auch auf der Trainingsfläche**

Respektiere die aktuellen Hygiene-Anweisungen und Empfehlungen des BAG

Kein Zutritt mit grippeähnlichen Krankheitssymptomen

Einhaltung der 1.5m Distanz

---

### **TRAINING**

**Halte dein Training zeiteffizient, maximal 60Minuten.**

**Trainiere - wenn möglich - auch ausserhalb der stark besuchten Zeiten.**

**Empfehlung: 05:00-08:00, 11:00-16:00 und 20:00-21:45Uhr**

**MILON: Zwischen zwei Trainierenden muss ein Gerät dazwischen leer sein**

---

### **ALLGEMEIN**

**Öffnungszeiten** für Member bleiben von 5 – 22 Uhr. Bitte beachte die angepassten betreuten Zeiten. Diese werden der Nachfrage laufend angepasst.

**Personal Trainings** in Absprache mit deinem Trainer können auch ausserhalb der betreuten Zeiten gebucht werden. Abstandsregelung einhalten.

**Garderoben und Duschen** kannst du benutzen, da wir Trennwände haben. Nutze dementsprechend die Spinnis mit geeignetem Abstand. Um Engpässe zu vermeiden empfehlen wir, dich bereits zu Hause umzuziehen und zu duschen.

**Getränke im Offenausschank** sind nicht mehr erlaubt. Wir bieten selbstverständlich gekühltes Evian, Gurken- und Mangowasser im Verkauf.