

Liebe Patienten, Mitglieder und Trainingskunden

Es scheint, dass die Corona Pandemie zu Ende geht. Deshalb sind erhebliche Lockerungen im öffentlichen Leben wieder eingetreten.

Deshalb ist bei uns der Rehasport und das Medical Fitness Training wieder möglich.

Trotzdem sind weiterhin noch Regeln, welche einen sicheren Aufenthalt bei uns gewährleisten.

Deshalb bitte ich Sie die unten aufgeführten Verhaltensregeln strikt zu befolgen!

Maskenpflicht bei Praxiseintritt.

Das Desinfizieren / Waschen der Hände ist notwendig.

Desinfektionsmittel befindet sich rechts an der Wand im Wartebereich.

Vor der Rezeption sind die Abstandregeln einzuhalten. Zudem dürfen nicht mehr als 2 Personen vor der Rezeption stehen.

Die bereits wartenden Personen bleiben bitte auf Ihrem Sitzplatz, bis sie aufgerufen werden.

Weitere Personen warten auf 1,5 M Abstand draußen!

Für Rehasport Gruppen gilt:

Treffpunkt vor dem Praxiseingang hinter dem Eingangsschild bei den schwarzen Bänken. Bei schlechtem Wetter (Frost, Starkregen, Schnee) warten Sie bitte oberhalb der Treppe und kommen dann kurz vor Kursbeginn zu uns.

Therapie

Im Therapieraum darf der Mundschutz nach Anweisung des Therapeuten abgenommen werden.

Behandlungsliegen und Türgriffe werden von den Therapeuten nach jeder Behandlung desinfiziert.

Behandlungsräume werden nach jeder Behandlung gelüftet.

Rehasport und med. Fitness

Rehasport Gruppen dürfen erst nach Aufforderung vom Übungsleiter Praxis und Kursraum betreten.

Kunden für Fitness müssen sich namentlich an der Rezeption oder bei den Trainern melden.

Umkleide „nur“ für schnelle Wechsel von Schuhen und Jacken benutzen.

Maximal zwei Personen dürfen gleichzeitig im Umkleideraum.

Im Gymnastik- und Trainingsraum gilt **auch** Mund – Nasen – Schutz Pflicht.

Nur wenn man auf eine Stelle steht, liegt oder sich auf/an einem Trainingsgerät befindet und sich keine Person innerhalb der 1,5 M Abstand Begrenzung befindet, kann die Bedeckung runtergezogen werden.

Um eine potentielle **Tröpfchen- und Aerosolbildung** zu vermeiden wird ein Training bei den **Ausdauergeräten** auf **max. 15 Min** begrenzt **und** nur mit **niedriger bis mittlere Intensität empfohlen**.

Das Trainingsgerät mit Handtuch bedecken und nach Benutzung **die Handgriffe** mit einem **Desinfektionsmittel befeuchteten Microfasertuch abwischen**.

Gegenseitige **Rücksichtnahme** und das **Miteinander** sollten im Vordergrund stehen.

Gymnastik – und Trainingsraum werden ausgiebig gelüftet. Außerdem wird bei geschlossenem Fenster über Ventilatoren Frischluft zugeführt.

Über Messgeräte wird die Luftqualität gemessen. Bei einem CO2 Wert über 1000 PPM werden alle Fenster geöffnet, sodass der Raum optimal gelüftet wird.

Mit freundlichen Grüßen,

Henk van Bergen 24.06.2021