

CrossFit Rodgau

- Hygieneplan -

1. Anmeldung über Eversports ist zwingend erforderlich.
2. Das Betreten der Box ist ausschließlich über den Vordereingang gestattet.
3. Bei Betreten der Box sind die Hände im Eingangsbereich zu desinfizieren.
4. Es darf nur eine Person gleichzeitig die Toilette betreten, je Männer und Frauentoilette.
5. Die Hände sind nach der gültigen Regelung zu reinigen.
6. Umkleiden dürfen nicht betreten werden.
7. Der Schuhwechsel erfolgt im Ergobereich. Bitte Abstandsregel einhalten.
8. Rudergeräte, SkiErg, Bike, GHD dürfen nicht oder nur nach Erlaubnis des Trainers genutzt werden.
9. Taschen und Straßenschuhe werden mit auf die Fläche genommen.
10. Allen Teilnehmern wird ein Bereich auf der Trainingsfläche durch den Trainer zugewiesen.
11. In der Box ist das Handgeben, Abklatschen oder sonstigen Begrüßungsritualen mit Körperkontakt untersagt
12. Equipment darf nicht ungereinigt an andere Teilnehmer weitergegeben werden.
13. Chalk-Eimer darf nicht genutzt werden. Nur Flüssigchalk nutzen!
14. Masken und Handschuhe können getragen werden, sofern diese keine Gefahr (Verletzungsrisiko) im Training darstellen.
15. Getränke und Rigel dürfen weiterhin genommen werden. Das Anschreiben erfolgt mit dem eigenen Stift, der im gekennzeichneten Bereich bereit liegt.
16. Bekleidung, wie Shirt, Tops und sonstiges dürfen im Training nicht ausgezogen werden.
17. Das Ablegen auf dem Boden erfolgt ausschließlich auf dem eigenen Handtuch. Kein Gästehandtuch!
18. Yogamatten dürfen nur nach Absprache mit dem Trainer genutzt werden.
19. Nach dem Training ist alles genutzte Equipment, Boden (sofern möglich), Stift und Tafel selbstständig zu reinigen. Desinfektionsmittel steht zur Verfügung.
20. Das Verlassen der Box erfolgt ausschließlich über den Seiteneingang (Tor, Tortür). Die Box ist zügig zu verlassen. Zusammentreffen vor und nach dem Training ist zu vermeiden.
21. Max. 5 Min früher kommen, um Wartezeiten und Versammlungen zu vermeiden. Abstandsregel einhalten.
22. Allen Maßnahmen und Regelungen ist Folge zu leisten. Bei Nichteinhaltung kann das Training untersagt werden.

Stand 15.05.2020

Maik David

Eigentümer CrossFit Rodgau