

Verhaltenscodex für das Gesundheitszentrum

(aktualisiert am 15.11.21)

Die Teilnahme an allen Sportangeboten drinnen ist nur mit „GeGeGe“ möglich: getestet, geimpft, genesen ... d.h.

1. Dokumentierter negativer Schnelltest einer zertifizierten Teststelle (nicht älter als **24h**) oder
2. Einmaliger Nachweis eines vollständigen Impfstatus (2 Wochen nach 2. Impfung) oder
3. Nachweis der vollständigen Genesung (positiver PCR Test, mind. 28 Tage alt und nicht älter als 6 Monate)

Gesundheitszentrum allgemein

- Bitte verzichte auf das Training, wenn du Dich krank fühlst!
- **Der Zutritt zu den Kursräumen und den Gerätebereich erfolgt nur mit der Transponderkarte, für die Rehakurse ist zusätzlich die Gesundheitskarte zur Anmeldung an der Rehasport-Zentrale notwendig.**
- Beim Betreten des Gesundheitszentrums ist auf Handhygiene zu achten, hierzu sind die Desinfektionsmittelspender im Eingangsbereich zu nutzen.
- Die Nies- und Hustenetikette ist zu beachten.
- Die Abstandsregeln von mindestens 1,5 Metern sind einzuhalten.
- **Es besteht Mundschutzpflicht mit FFP2 oder Medizinischer Maske auf allen Laufwegen innerhalb des Gesundheitszentrums sowie in den Wartebereichen, Umkleiden und in allen (Kurs-) Räumen, in denen der Abstand von mind. 1,5m nicht eingehalten werden kann! Beim Training kann dieser abgelegt werden.**
- Die Nutzung der Sauna ist erlaubt (max. 2 Personen!)
- Umkleiden und Duschen können genutzt werden.
- Um lange Wartezeiten und unnötige Kontaktsituationen zu vermeiden, bitte nicht „überpünktlich“ zum Kurs erscheinen.
- Den Anweisungen der VGS Mitarbeiter ist unbedingt Folge zu leisten.

FitClub / Gerätetraining /Rehasport-Teilnehmer mit Zusatzmodul „Gerätetraining“

- Das Gerätetraining ist unter Wahrung des Mindestabstands zulässig.
- Der Mundschutz kann beim Training abgelegt werden.
- Nach jedem Gebrauch ist das Gerät zu reinigen.

Kursangebote (Rehasport – Prävention – FitClub-Kurse)

- Alle Kurse sind zulässig und finden statt.
- Die Nutzung der Matten ist nur mit einem großen Badetuch möglich; bei Bedarf sind Tücher an der Rezeption auszuleihen.
- Die Nutzung von Kleingeräten ist eingeschränkt möglich.

Rehasportkurse

- Jeder Rehasport-Teilnehmer wird gebeten, eine Einverständniserklärung zur Teilnahme am Rehasport wegen der Corona-Pandemie (einmalig) auszufüllen. Die Erklärung sollte möglichst zur ersten Kurseinheit mitgebracht werden. Der Vordruck steht auf der Homepage zum Download zur Verfügung.

Cafeteria

- Die Cafeteria sowie die Außenterrasse sind geöffnet.