

Massnahmen und Verhaltensregeln während der Corona-Pandemie

Liebe Mitglieder

Um trotz der aktuellen Corona-Pandemie den Betrieb und das Training im Novartis Fitness Center für alle Mitglieder sicher gestalten zu können, gelten folgende Regeln im Center, die zu jederzeit und vollumfänglich einzuhalten sind:

Allgemein:

- Die vom BAG verordneten Hygiene- und Verhaltensregeln gelten im Novartis Fitness Center zu jeder Zeit. Besonders gefährdete Personen sind selbst für besondere Vorkehrungen zur Einhaltung der Empfehlungen des BAG verantwortlich.
- Das Novartis Fitness Center darf Mitglieder bei Symptomen dem Center verweisen.
- Das Verweilen im Center ausserhalb des effektiven Trainings ist so kurz wie möglich zu halten.

Eintritt und Garderoben:

- Es können sich max. 80 Mitglieder zur gleichen Zeit im Center aufhalten. Der Einlass wird durch die Mitarbeitenden des Novartis Fitness Centers geregelt.
- Nach Möglichkeit immer in Trainingskleider umgezogen, aber mit Wechselschuhen in das Center kommen.

Training und Trainingsfläche:

- Alle Mitglieder sind verpflichtet, während des Trainings eine Maske zu tragen.
- Bei Benutzung der Ausdauergeräte ohne Maske können 25 m² zur ausschliesslichen Nutzung eingehalten werden, bei max. 15 Personen im Trainingsraum. Dies ist nur von 14.00-16.00 Uhr möglich.
- Die maximale Verweildauer wird durch das Novartis Fitness Center auf 90 Minuten pro Person beschränkt. Das Training ist effizient zu gestalten.
- Vor und nach dem Training müssen die Mitglieder ihre Hände waschen oder desinfizieren.
- Während dem Training ist stets 1.5m Abstand zu wahren. Geräte dürfen ausschliesslich genutzt werden, wenn im Abstand von 1.5m nicht bereits eine Person ein Gerät nutzt.
- Sitz- und Liegefläche werden stets komplett mit einem sauberen Handtuch abgedeckt.
- Geräte werden nach dem Gebrauch stets an allen Oberflächen, mit denen ein Mitglied in Berührung bekommen ist, desinfiziert (Griffe, Sitz- und Liegefläche, Knöpfe zum Verstellen der Position sowie Gewicht etc.).
- Die Mitglieder sind bemüht, sich so selten wie möglich ins Gesicht zu fassen. Sollte es doch vorkommen, müssen die Hände erneut desinfiziert werden.

Einführungstraining:

- Es werden weiterhin Einführungs- und weiterführende Trainings durchgeführt. Diese finden ohne Körperkontakt statt.

Gruppenkurse:

- Die max. Personenanzahl ist in Gym 1 auf 17 und in Gym 2 auf 11 Personen beschränkt.
- Anmeldung erforderlich unter Tel.: 061 324 53 49, frühestens 3 Tage vor Kursbeginn.

19. April 2021