

Schutzkonzept Aqua Fitness

Neue Rahmenbedingungen

Ab dem 3. August 2020 sind meine Kurse wieder gewährleistet mit einem entsprechenden Schutzkonzepten gemäss BAG und Bundesamt für Sport BASPO wieder zulässig. Der Unterricht hat in **beständigen Gruppen** stattzufinden.

Folgende fünf Grundsätze müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

1. Nur symptomfrei in den Kurs

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Kursbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

2. Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Seniorenresidenz Egghölzli, in der Garderobe, bei Besprechungen mit mir, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Händeschütteln ist weiterhin zu verzichten. Pro Person müssen mindestens 4 m². Unterrichtsfläche zur Verfügung stehen, was bedeutet, dass bei meinen Lektionen **maximal 12 - 14 Personen** teilnehmen dürfen.

3. Gründlich Hände waschen

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld.

4. Präsenzlisten führen

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führe ich für sämtliche Kurslektionen Präsenzlisten.

5. Besondere Bestimmungen

- *Vor und Nachholen ist im Moment nicht möglich, Sie können ausschliesslich an den Kursen teilnehmen die Sie gebucht haben.*
- *Bitte bereits umgezogen in die Umkleidekabine erscheinen.*
- *Frühzeitig erscheinen da nur 5 Personen pro Garderobe*
- *Bitte rasch umziehen und ins Hallenbad eintreten, um den nächsten Personen Platz zu bieten.*
- *Warten am Beckenrand, erst ins Wasser wenn der vorherige Kurs beendet und ausgestiegen ist.*

6. Corona-Beauftragte

Bei Fragen darf man sich gerne direkt an mich wenden **Julia Affolter** (Tel. +41 79 651 42 93 oder julia.affolter@muri-be.ch).

Gümligen, 08.06.2020