

Corona Regeln für Kursteilnehmer ab dem 14.5.2020

1. Beschränkungen der Teilnehmerzahl

- In Raum 1 und 2 (80 qm) ist die Zahl auf maximal 10 Personen beschränkt
- In Raum 3 ist die Zahl maximal auf 13 Personen beschränkt

2. Online Kurse

- Die Kurse werde vorerst teilweise auch online weiter geführt.
- Aus diesem Grund gibt es auch eine Kamera im Raum, die aber nur auf die Kursleitung gerichtet ist.
- Die Kurse, die Online gegeben werden, haben ein entsprechendes Symbol

3. Reservierung bei Kursen mit dem Zeichen „Reserve“ einen Tag vorher erforderlich!

- In Kursen mit der Bemerkung“ Reserve“ musst Du Dich bis spätestens einen Tag vor dem Termin per Mail oder telefonisch anmelden.
- Wenn hierzu keine Absage kommt, ist der Termin bestätigt.
- Personen ohne vorherige Anmeldung werden in diese Kurse nicht eingelassen, um die maximale Teilnehmerzahl nicht zu überschreiten.

4. Zugang zur Tripada Akademie in Wuppertal

- Menschen mit Symptomen einer Atemwegsinfektion oder anderen Erkältungssymptomen dürfen die Tripada Akademie nicht betreten!
- Der Aufzug darf nur maximal zu 2 Personen genutzt werden
- Im Aufzug ist ein Mundschutz zu tragen
- Nutze bevorzugt das Treppenhaus (gutes Fitnesstraining 😊) und halte bei dem Weg bis zur Anmeldung den Abstand von 1,50 m ein.
- In den Geschäftsräumen ist ein Mundschutz zu tragen.
- Im Kursraum ist ein Mundschutz nicht vorgeschrieben.
- Verstaue Deinen Mundschutz in einer verschlossenen Tasche und lasse sie nicht herumliegen

5. Einlass 15 Minuten vor Beginn!

- Aus organisatorischen Gründen ist der Einlass in die Akademie 15 Minuten vor Kursbeginn. Bitte kommt nicht früher!

6. Händedesinfektion

- Wasche oder desinfiziere vor dem Betreten der Akademie die Hände gründlich und nutze dafür die Desinfektionsspender im Eingangsbereich und die Waschgelegenheit in der Toilette!

7. Anmeldung

- Komme zügig zur Anmeldung und lasse Dich in die Kursliste eintragen.
- Halte Abstand bei der Anmeldung
- Sollten sich doch Staus bilden, halte den Abstand von 1,50 ein
- Beachte die allgemeinen Hygiene Regeln

8. Umkleiden

- Begib Dich direkt nach der Anmeldung in die Garderobe
- Komme in Trainingskleidung
- die Umkleiden dienen nur als Ablage für persönliche Gegenstände
- die Umkleiden dürfen derzeit nicht zum Umziehen genutzt werden!
- Halte in den Umkleiden den Abstand von 1,50 ein und trage die Maske.

9. Nutzung der Matten und Kissen

- Die Nutzung einer ausreichend großen eigenen Mattenauflage ist obligatorisch
- Ohne aufgelegte eigene Matte oder Decke dürfen die Studiomatten nicht genutzt werden .
- Wir halten hierzu Auflagematten zum Preis von 15 € bereit
- Auch für die Nutzung der Kissen ist ein eigenes kleineres Handtuch als Unterlage mitzubringen
- Wer möchte kann sich zusätzlich noch eine eigene kleine Decke mitbringen (z.B. für die Schlussentspannung)
- Kleingeräte wie Therabänder oder Bälle dürfen nicht genutzt werden
- Matten und Decken können auch für eine Gebühr von je 2,00 € geliehen werden, da diese dann direkt nach der Nutzung gewaschen werden müssen.

10. Weitere Regeln

- Beschäftigte am Tresen und andere Mitarbeiter tragen einen Mundschutz
- In den Kursen wird ein Mundschutz empfohlen, ist aber nicht Pflicht

11. Nachholstunden

- Nachholstunden sind nur nach telefonischer oder schriftlicher Voranmeldung möglich. Die bisherige Regelung ist vorläufig außer Kraft.

12. Nach dem Training

- Bitte haltet nach dem Training auch die Abstandsregeln ein besonders in den Garderoben, setzt den Mundschutz wieder auf und verlässt die Akademie zügig.