






LIEBE FLYING BEAUTIES,


WIR SIND SEHR GLÜCKLICH WIEDER GEMEINSAM MIT EUCH IM STUDIO TRAINIEREN ZU KÖNNEN. YAYYYY 😊 DAMIT WIR DABEI VIEL FREUDE HABEN UND ALLE GESUND BLEIBEN, BITTEN WIR EUCH DIE ALLGEMEINEN HYGIENEREGELN UND INSBESONDERE DIE FOLGENDEN PUNKTE IM STUDIO ZU BEACHTEN. VIELEN DANK FÜR EUER ENGAGEMENT!


-  BEI ERKÄLTUNGSSYMPTOMEN, UNWOHLSEIN & KRANKHEIT BITTE NICHT INS STUDIO KOMMEN


-  IM STUDIO GILT DIE ABSTANDREGELUNG VON MIN. 1,5 METERN, SOWOHL IN DER UMKLEIDE (MAX. 4 TEILNEHMERINNEN GLEICHZEITIG), ALS AUCH AUF DER TRAININGSFLÄCHE (MAX. 8 TEILNEHMERINNEN GLEICHZEITIG)


>> WENN IHR DIE MÖGLICHKEIT HABT ZIEHT EUCH SCHON ZUHAUSE EURE TRAININGSKLEIDUNG AN ODER DRUNTER.


-  WÄHREND DES TRAININGS BITTE AN EUREM TRAININGSPLATZ BLEIBEN UND ZU JEDERZEIT DEN ABSTAND VON 1,5 METERN ZU DEN ANDEREN TEILNEHMERINNEN EINHALTEN

-  KEIN ABKLATSCHEN, HÄNDESCHÜTTELN ODER DIREKTEN KÖRPERKONTAKT

-  NACH ANKUNFT IM STUDIO UND NACH DEM TRAINING HÄNDEWASCHEN

-  POLES & MATTEN VOR UND NACH DEM TRAINING REINIGEN & DESINFIZIEREN

-  MATTEN NUR MIT EIGENEM KÖRPERGROßEM HANDTUCH BENUTZEN ODER EIGENE MATTEN MITBRINGEN

-  KEINE VERWENDUNG VON TRAININGSGREÄTEN DIE SCHWER ZU DESINFIZIEREN SIND (Z.B.: YOGBLÖCKE, -GURTE, BÄLLE)