



Verhaltensregeln von PFT – Personal-Fitnessstraining

1. Bei Husten, Erkältung, Fieber und Symptomen ist die Stunde abzusagen.
2. Kommen Sie bereits in Ihrer Sportbekleidung in die Trainings. Erwarten Sie Ihren Personaltrainer bereits in Ihrer Sportbekleidung.
3. Nehmen Sie Ihr eigenes Trainingstuch mit ins Training. Zur Not stellt PFT – Personal-Fitnessstraining Ihnen weiterhin ein Trainingstuch zur Verfügung.
4. Ihr Personaltrainer wird in den persönlichen Trainings wie auch in den Beratungsgesprächen eine Maske tragen. Falls Sie ebenfalls eine benötigen, sprechen Sie Ihren Trainer an. Er wird Ihnen eine Maske zur Verfügung stellen.
5. Vor und nach den Trainings oder Beratungsgesprächen desinfizieren Sie Ihre Hände. Desinfektionsmittel wird Ihnen PFT – Personal-Fitnessstraining vor Ort zur Verfügung stellen.
6. In den Trainings wird der Sicherheitsabstand (2 Meter) zu Ihrem Personaltrainer gewahrt.
7. In der Leistungsdiagnostik wird der Diagnostiker zusätzlich ein Schutzschild tragen.
8. In Ausnahmefällen (auf Anfrage) kann PFT – Personal-Fitnessstraining die Trainings oder Beratungsgespräche auch Online durchführen.
9. Duschen Sie Zuhause. Benützen Sie die Duschen in den öffentlichen Studios nur in Ausnahmefällen.

SO SCHÜTZEN WIR UNS.



Abstand halten.



Empfehlung: Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.



Falls möglich weiter im Homeoffice arbeiten.



WEITERHIN WICHTIG:



Gründlich Hände waschen.



Hände schütteln vermeiden.



In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.



Bei Symptomen zuhause bleiben.



Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.