

# Hygienekonzept Fit&Wellness-Oase Plauen

Das Hygienekonzept beruht auf den nachfolgend genannten Regelungen:

A §§ 3 und 6 Sächsische Corona-Schutz-Verordnung – SächsCoronaSchVO

B SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandards des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales,

C branchenspezifische Konkretisierungen der Unfallversicherungsträger beziehungsweise der Aufsichtsbehörde (n.N.)

D Empfehlungen des Robert- Koch-Institutes

Die oben genannten Regelungen liegen dem Konzept als Anlage bei. Sie können jederzeit eingesehen werden.

## I Grundsätze

- Wer sich krank fühlt oder wer Fieber hat – auch leichtes Fieber – bleibt bitte zu Hause.
- Kein Händeschütteln und entsprechend passive Haltung beim Husten oder Niesen.
- Es wird immer – auch vor und nach den Kursen oder dem Training – ein Mindestabstand von ca. 1,5 Metern zu anderen Personen eingehalten.
- Wenn der Abstand nicht eingehalten werden kann, sollte eine Schutzmaske getragen werden. Ansonsten gibt es keine Maskenpflicht beim Training. Personen, die aus gesundheitlichen Gründen (Attest) keine Maske tragen können, sind von einer solchen Verpflichtung ausgenommen.
- Den Anweisungen des Personals ist bitte Folge zu leisten.

## II Schutz des Personals

- Beschäftigte und KursleiterInnen benutzen die Umkleide- und die Sanitarräume im Saunabereich. Jede/r Beschäftigte oder Kursleiterin erhält einen persönlichen Spindschlüssel.

## III Schutz der Mitglieder

### 1.) Persönliche Hygiene

- Es ist bei jedem Besuch des Fitnessstudios ein frisch gewaschenes **großes Handtuch** mitzuführen.
- Bei Ankunft im Fitnessstudio sind sofort die **Hände** mit Seife (20 Sekunden) oder Desinfektionsmittel (vor dem Haupteingang) zu **reinigen**.
- Jeder sollte eine **Schutzmaske bereithalten** und gegebenenfalls in den Räumen des Fitnessstudios anlegen (Schlüsselausgabe, Umkleide- oder Sanitarräume).
- Alle Mitglieder erscheinen in **vollständiger Sportkleidung**. In den Umkleideräumen kann nur das Schuhwerk gewechselt werden.
- Wenn möglich, bringt **Handschuhe** (Leder oder dünne Sporthandschuhe) mit, dass erspart das übermäßige Desinfizieren.

### 2.) Umkleideräume

- Zu den Umkleideräumen haben nur jeweils **4 Personen** Zutritt.
- Es können das **Schuhwerk** gewechselt und persönliche **Gegenstände** in den Spinden aufbewahrt werden.
- Nach Beendigung des Trainings soll bitte die **Spindtür desinfiziert** werden. **Eine Sprühflasche steht bereit**.
- Eine Schutzmaske sollte getragen werden, wenn man beim Passieren einer anderen Person den Sicherheitsabstand unterschreitet.
- **Die Duschen sind geschlossen**.

### 3.) Sanitarräume

- Sanitarräume sind wenn möglich einzeln zu benutzen. Ansonsten ist gegebenenfalls eine Schutzmaske anzulegen.
- Die Sanitarräume werden mehrfach täglich vom Personal gereinigt

### 4.) Trainings- und Massageräume

- Aufgrund der Abstandregelung können auf der Trainingsfläche im Erdgeschoß nur jeweils 17 Personen und im Geräteraum im Keller nur jeweils 3 Personen trainieren.  
Zum Massageraum im Keller haben jeweils nur 2 Personen Zutritt.
- Geräte, die mit den schönen **bunten** Bändern geschmückt sind, dürfen **nicht genutzt** werden.
- Beim Training ist der Abstand zu anderen Personen einzuhalten.
- Mit dem Handtuch werden die Sitz- und Rückenpolster bedeckt.
- Nach Abschluss der Übungen müssen die Griffflächen der Trainingsgeräte gereinigt werden (Reinigungsmittel steht bereit. Es soll möglichst ein mit Reinigungsmittel befeuchtetes Einmaltuch verwendet werden – wie sonst auch immer)

### **5.) Kursräume**

- An den Kursen im großen Kursraum können maximal 12 und im kleinen Kursraum maximal 10 Personen zuzüglich der Trainerin teilnehmen.
- Bitte achtet auch vor und nach den Kursen und beim betreten der Kursräume auf die allgemeine Abstandsregelung.
- Die Regelungen für die Trainingsflächen gelten sinngemäß auch für die Kursräume.

### **6.) Schlüsselausgabe**

- Die Schlüsselausgabe befindet sich direkt rechts hinter der Haupteinganstür. Sollten mehrere Personen gleichzeitig eintreffen oder ihren Schlüssel abgeben, ist auf ausreichenden Sicherheitsabstand zu achten. Gegebenenfalls sind die Masken anzulegen.

### **7.) Allgemeines**

- Sämtliche Räume werden mehrfach am Tag gereinigt (Fußboden, Klinken und Handläufe) und regelmäßig gelüftet.
- Seid freundlich und rücksichtsvoll.

### **VI Verantwortlichkeit**

Das Personal der Fit&Wellness-Oase ist für die Einhaltung der oben genannten Bestimmungen verantwortlich. Bei Problemen mit den Regelungen oder anderen Mitgliedern ist bitte Rücksprache mit dem Personal zu halten.

### **V Bekanntgabe und Geltungsdauer**

- Das Hygienekonzept gilt ab dem 15. Mai. Es hängt gut sichtbar in den Räumen der Fit&Wellness-Oase insbesondere am Haupteingang aus. Es gilt bis auf Widerruf.
- Alle Personen, erhalten eine Kopie zum persönlichen Gebrauch und unterschreiben für den Erhalt des Hygienekonzepts.

Plauen, den 15.05.2020