

▪ Grundsätzliches

- Im Spinning Raum gilt ein Mindestabstand von 2 m. Für alle weiteren Räumlichkeiten gilt ein Mindestabstand von 1,5 m.
- Der Gesundheitlicher Zustand und somit die Teilnahme, liegt in der Verantwortung des/der Teilnehmers*in.

▪ Vor dem Spinning

- Nach Möglichkeit zeitlich sehr knapp zur Spinning Stunde erscheinen.
- Betreten des MFG und der Umkleiden nur mit korrekt getragenen Mund Nasenschutz.
- Nicht mehr als 3 Personen in einer der Beiden „großen“ Umkleidekabinen. Die „kleine“ Umkleide darf mit nicht mehr als einer Person genutzt werden.
- Zugang Spinning Raum nur mit korrekt getragenen Mund-Nasen-Schutz.
- Ab dem Betreten des MFG ist bis zum Trainingsgerät permanent ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.

▪ Beim Spinning

- Keine Verpflichtung zum Mund-Nasen-Schutz.
- Abstandsregel von 2 m.
- Beide Flügel beider Fenster müssen über die ganze Spinning Stunde geöffnet sein, um eine ausreichende Belüftung zu gewährleisten
- Die Stellplätze der Spinning Räder sind markiert, um einen ausreichenden Abstand zu gewährleisten

▪ Nach dem Spinning

- Nach Beendigung sind die Spinning Räder unter Einhaltung der Abstandsregel und mit korrektem Mund-Nasen-Schutz gründlich zu reinigen.
- Verlassen Spinning Raum nur mit korrekt getragenen Mund-Nasen-Schutz.
- Nicht mehr als 3 Personen in einer der Beiden „großen“ Umkleidekabinen. Die „kleine“ Umkleide darf mit nicht mehr als einer Person genutzt werden.
- Körperreinigung ist bei den NICHT abgesperrten Duschen erlaubt.
- Verlassen der Umkleiden und MFG nur mit korrekt getragenen Mund-Nasen-Schutz.
- Ein „Afterspinning-Bier“ im Kiosk ist unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln möglich.