



!!!ZUSAMMENFASSUNG SCHUTZKONZEPT!!!

Hinweis: Die nachfolgenden Schutzmassnahmen sind diejenigen, welche von **allen** (Mitglieder, Besucher, Mitarbeiter, Reinigungskräften, freiwillige Helfer, etc.) verstanden und stets eingehalten werden müssen! Schutzmassnahmen die wir für euch im Hintergrund wahrnehmen (z.B. Reinigung, Desinfektion von Türgriffen, Lüften, Geräteausrichtung, etc.) sind in einem umfassenden Schutzkonzept festgehalten. Dies kann bei Bedarf via vice-gym@bluewin.ch verlangt werden.

Übergeordnete Schutzmassnahmen

- Abstand halten! Gründlich Hände waschen! In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen! Händeschütteln vermeiden! Für Details, siehe «Anhang 2 – So schützen wir uns»
- Bei Symptomen wie Husten, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit, Fieber, Fiebergefühl, Muskelschmerzen (nicht Muskelkater) und plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns ist der Zutritt zum Studio nicht gestattet. Wir empfehlen einen Arzt zu kontaktieren. Für Details, siehe «Anhang 4 – Fragen an die Mitglieder und Empfehlungen des BAG für besonders gefährdete Personen»
- Besonders gefährdete Person (siehe «Anhang 3 – Kategorien besonders gefährdeter Personen») werden hiermit auf die Weisungen und Empfehlungen des BAG hingewiesen (siehe «Anhang 4 – Fragen an die Mitglieder und Empfehlungen des BAG für besonders gefährdete Personen»). Da das Vice Gym kein spezielles Schutzkonzept für besonders gefährdete Person hat, ist ihnen der Zutritt zum Studio nicht gestattet solange die Empfehlungen des BAG gelten.
- Um unsere Schutzmassnahmen zu überwachen, haben wir einen Schichtplan erstellt, welcher die Hauptstosszeiten abdeckt (siehe «Anhang 1d Einsatzplan Vice Gym»). Die aufgeführten Personen haben volle Weisungsbefugnis um die Schutzmassnahmen des Vice Gyms sicherzustellen. Ihr Wort gilt es zu befolgen.

Eingangsbereich / Check-in Zone

- Jede Person betritt einzeln das Studio und muss zwingend einbadgen.
- Beim Betreten und Verlassen des Studios sind die Hände zu desinfizieren.
- Jede Person nimmt beim Betreten des Studios eines der 40 Kärtchen aus der Box und legt es beim Verlassen wieder dort rein. Ist kein Kärtchen in der Box, bedeutet dies, dass gerade 40 Personen am Trainieren sind und man die Trainingsfläche erst wieder betreten darf, wenn eine Person das Studio verlässt.
- Die Türe zwischen Check-in Zone und Trainingsfläche bleibt immer offen.
- In der Check-in Zone darf sich maximal 1 Person aufhalten (ist gekennzeichnet).
- Im Treppenhaus darf sich maximal 1 Person aufhalten (ist gekennzeichnet).

Trainingsfläche (EG & OG)

- Es dürfen sich maximal 40 Personen auf der Trainingsfläche befinden. Die im Schichtplan aufgeführten freiwilligen Helfer prüfen ob jede Person die im Studio ist ein unter «Eingangsbereich / Check-in Zone» erwähntes Kärtchen hat.
- In der Lounge Zone dürfen sich maximal 2 Personen aufhalten (ist gekennzeichnet).
- In der Kühlschrankszone darf sich maximal 1 Person aufhalten (ist gekennzeichnet).
- Vor dem Öffnen der Kühlschränke und nach Bezahlung des Artikels sind die Hände zu desinfizieren.
- Grundsätzlich wurden sämtliche Trainingsgeräte mindestens 2m auseinandergestellt. Blocks die näher zusammenstehen sind speziell gekennzeichnet. Siehe *separate Erklärungen an der Wand mit den entsprechenden Bildern.*
- Die 2m Distanzregel muss stetig eingehalten werden. Spotting ist somit nicht erlaubt.
- Es darf ausschliesslich mit Handtuch trainiert werden.
- Das Mitglied muss das Trainingsgerät nach Gebrauch dort wo es angefasst wurde desinfizieren. Im OG stehen die Reinigungstücher wie gewohnt bei den Cardio-Geräten zur Verfügung. Im EG sind sie auf den Stehtischen vorhanden. Um den Schaden an den Griffen zu minimieren, dürfen ausschliesslich diese Reinigungstücher verwendet werden.

Garderoben

- Bei den Männern dürfen sich maximal 2 Personen in der Garderobe aufhalten (ist gekennzeichnet).
- Bei den Frauen darf sich maximal 1 Person in der Garderobe aufhalten (ist gekennzeichnet).
- Pro Toilette darf sich maximal 1 Person aufhalten (ist gekennzeichnet).
- Man sollte umgezogen zum Training kommen und zu Hause duschen. Die Garderobe respektive Duschen sollten nur in Ausnahmesituationen benutzt werden (z.B. wenn man nach dem Training zur Arbeit muss).
- Man sollte so wenig wie möglich zum Training mitnehmen. Taschen sollen in der Check-in Zone deponiert werden.

Weitere Hinweise

- Die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel sollte soweit als möglich vermieden werden.
- Trainingszeiten sollten flexibel gestaltet werden um Stosszeiten (ca 16.00h – 21.00h) zu meiden.
- Das Training ist möglichst zeiteffizient durchzuführen um anderen Mitgliedern ebenfalls die Chance zum Trainieren zu geben. Jeder ist froh, wenn er aufgrund der Personenbeschränkung trainieren kann.