



NOVEMBER 2020

SCHUTZMASSNAHMEN IM FITNESSBEREICH

LIEBE MTT-KUNDIN, LIEBER MTT-KUNDE

Gemäss Regierungsratsbeschluss bleibt das Fitnesszentrum für Abokundinnen und Abokunden geschlossen. Als Patientin, Patient mit einer ärztlichen Verordnung dürfen Sie jedoch weiterhin trainieren. Die Gesundheit unserer Kundinnen und Kunden sowie unserer Mitarbeitenden liegt uns sehr am Herzen. Um das Ansteckungsrisiko bei Ihrem Training zu minimieren, haben wir eine Reihe von Massnahmen eingeführt. Unser Schutzkonzept orientiert sich an der COVID-19 Verordnung des Bundesrates.

EINSCHREIBELISTE FÜRS TRAINING

Zu Ihrer Sicherheit haben wir derzeit die Anzahl der Personen, welche gleichzeitig im MMT-Bereich trainieren können, begrenzt. Beim Empfang liegt eine Liste auf, mit den zur Verfügung stehenden Plätzen. **Spätestens bei Trainingsbeginn müssen Sie sich in diese Liste eintragen.** Sie können sich auch bereits vorgängig für 2 Trainings pro Woche einschreiben. Bitte halten Sie, die reservierten Trainingszeiten ein. **Die aktive Trainingszeit beträgt max. 60 Minuten.** Die Startzeiten sind immer zur vollen Stunde.

SCHUTZMASSNAHMEN, HYGIENE- UND VERHALTENSREGELN

- **Während Ihres gesamten Aufenthalts in der Physiotherapie gilt eine Maskenpflicht, auch wenn Sie an einem Ausdauergerät trainieren.**
- Wir empfehlen Ihnen, bereits umgezogen zum Training zu kommen und nach dem Training zu Hause zu duschen
- Waschen oder desinfizieren Sie vor und nach dem Training die Hände
- Halten Sie wenn immer möglich einen Abstand von mindestens 1.5 Metern zu anderen Personen ein. Sollten Sie den Abstand nicht einhalten können, tragen Sie bitte eine Schutzmaske
- Benutzen Sie die zur Verfügung stehenden blauen Frotteetücher, um die Sitz- und Liegeflächen abzudecken
- Sämtliche Kontaktstellen der Geräte (Griffe, Gewichte, Sitze, Lehnen) sind nach der Benutzung umgehend zu desinfizieren. Desinfektionsspray und -tücher liegen bereit
- Fassen Sie sich während des Trainings möglichst nicht ins Gesicht; falls es doch notwendig ist, desinfizieren Sie vorher und nachher die Hände
- Falls Sie sich wohler fühlen mit einer Maske zu trainieren, können Sie diese bei uns am Empfang beziehen
- Halten Sie die empfohlenen Hygiene- und Verhaltensregeln des Bundes ein

Sie haben Fragen? Gerne helfen wir Ihnen weiter.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe.

Physiotherapie Linde