



## WerderVital Hygienekonzept ab dem 16. Juni 2021

Die folgenden Hygieneregeln sind von den Mitgliedern bei Trainingsaufnahme anzuerkennen. Unser Personal kontrolliert die Einhaltung der Hygieneregeln, insbesondere die Zahl der Trainierenden in den einzelnen Bereichen und den Umkleiden.

### 1. Steuerung und Beschränkung Zutritt und Aufenthalt / Erfassung Personendaten

#### Abstandsgebot

Grundsätzlich gilt die Einhaltung eines Mindestabstands von 1,50 m. Während des Trainings muss ein Abstand von mindestens 3,00 m eingehalten werden. Zur Einhaltung des Abstands von 3,00 m zwischen zwei Personen gehen wir von 7,5 m<sup>2</sup> Trainingsfläche pro Person aus. Die Anzahl der Trainierenden in den einzelnen baulich voneinander getrennten Trainingsbereichen ist begrenzt:

Sportanlage	Fläche	Anzahl Trainierende zzgl. Trainer/in
Maschinenpark	86 qm	10
Frauenfitnessbereich	65 qm	7
„Muckibude“	70 qm	8
Kursraum	73 qm	8

In den Gerätebereichen darf zur Einhaltung des Abstandsgebots nur jedes zweite Gerät genutzt werden. Zu beachten sind außerdem die Laufwege (Einbahnstraßen) in der Anlage. Rehasport in Gruppen ist auch bei Unterschreitung des Abstandsgebots möglich.

#### Anmeldung zum Training via my wellness® App

Die Teilnahme an Fitnesskursen und Rehasportgruppen ist ausschließlich nach vorheriger Anmeldung über die my wellness® App möglich. Das Individualtraining im Maschinenpark, Frauenfitnessbereich und der „Muckibude“ ist unter Einhaltung der oben genannten maximalen Personenanzahl während der folgenden Öffnungszeiten ohne Terminbuchung möglich:

Montag – Freitag 8.00 – 21.00 Uhr, Samstag 9.00 – 15.00 Uhr, Sonntag, Feiertag 9.00 – 13.00 Uhr

#### Drehsperre

Der Zutritt zum WerderVital erfolgt durch Einchecken an der Drehsperre. Verwendet wird hier als Medium der Technogym® Wellness Key oder die Member and Bonus Card mit Transponder. Beim Einlesen des Transponders werden Personendaten mit dazugehöriger Uhrzeit CheckIn / CheckOut zur Kontaktnachverfolgung dokumentiert.

### 2. Zutritt nur mit negativem Testnachweis

Der Zutritt kann nur für Personen ohne Krankheitssymptome, die typisch für eine Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 sind, gewährt werden.

Die **Testpflicht auf den SARS-CoV-2-Virus entfällt**, solange die Inzidenz innerhalb der letzten sieben Tage pro 100.000 Einwohner/innen kumulativ weniger als 20 Neuinfektionen für fünf Tage ununterbrochen unterschreitet. Die Überschreitung des Schwellenwertes muss öffentlich bekannt gegeben werden, so dass die im Folgenden beschriebene Testpflicht wieder gilt:

Training ist nur mit negativen COVID-19 Tests möglich. Der Test darf maximal 24 Stunden zurückliegen. Es stehen drei Testnachweismöglichkeiten zur Verfügung:

- dokumentierte betriebliche Testung im Sinne des Arbeitsschutzes,
- Nachweis negativer Test durch öffentliches Testzentrum (Leistungserbringer gem. § 6 Abs. 1 Coronavirus-Testverordnung),
- vor Ort unter Aufsicht des WerderVital Personals durchgeführter Laientest. Trainierende bringen ein Testkit mit oder erwerben dieses im WerderVital.

Das negative Testergebnis berechtigt zum CheckIn. Die Aufbewahrung einer Kopie des Tests entfällt aus datenschutzrechtlichen Gründen.

Das Individualtraining ist für vollständig Geimpfte und Genesene ohne Nachweis eines negativen SARS-CoV-2 Tests möglich. Als genesen gilt, wer innerhalb der letzten 6 Monate positiv mittels PCR, PoC-PCR oder mittels einem anderen Nukleinsäurenachweis auf SARS-CoV-2 getestet wurde und das Testergebnis mindestens 28 Tage zurückliegt. Rehasportler sind von der Testpflicht ausgenommen.

### 3. Maskenpflicht

Beim Betreten des Studios bis zum Erreichen des Trainingsbereichs, also auf den Laufwegen, ist das Tragen einer medizinischen Maske verpflichtend. Die Maske darf während des Trainings abgenommen werden (Abstandsgebot 3 m). Für die WerderVital Mitarbeiter/innen ist das Tragen der Maske überall im WerderVital verpflichtend.



#### 4. Lüften und Desinfektion

Die Raumluft wird regelmäßig durch Frischluft ausgetauscht. Insbesondere wird die Zeit zwischen den Trainingszeitfenstern zum Lüften genutzt. Die Trainierenden sind verpflichtet die genutzten Trainingsgeräte innerhalb des Trainingszeitfensters mit bereitgestelltem Desinfektionsmittel zu desinfizieren. Zwischen den einzelnen Zeitfenstern bleiben die einzelnen Sportanlagen mindestens 15 Minuten nutzungsfrei. In dieser Zeit werden die Geräte durch unsere Mitarbeiter/innen desinfiziert.

#### 5. Umkleiden und Sauna

Die Trainierenden tragen in den Umkleiden/Toiletten unbedingt eine medizinische Mund-Nasen-Maske.

Die Umkleideschränke wurden mit speziellen Selbstbedienungsschlössern ausgestattet und können ausschließlich mit dem Technogym® Wellness Key oder der Member and Bonus Card mit Transponder geöffnet und verschlossen werden. Verwendet werden nur „Schlüssel“ im Eigentum und Besitz der Mitglieder. Der genutzte Spind ist nach der Nutzung zu desinfizieren.

In den Umkleidebereichen dürfen sich gleichzeitig maximal zwei Personen aufhalten.

Die Sauna nutzen Sie nach vorheriger Anmeldung über die my wellness® App. Bitte beachten Sie die Sauna Baderegeln.

#### 6. Allgemeine Hygieneregeln

- Jede/r ist verpflichtet, sich nach dem Betreten des WerderVitals gründlich die Hände mit Seife zu waschen oder das im Eingangsbereich bereitgestellte Handdesinfektionsmittel zu verwenden.
- Das Training im WerderVital mit Krankheitssymptomen wie Husten, Schnupfen und Fieber ist ausgeschlossen. Die Hust- & Niesetikette (Ellbogen-Beuge) muss dringend eingehalten werden. Zu vermeiden ist Mund-, Nasen- und Augenkontakt mit den Händen, um die Infektionsgefahr zu reduzieren.
- Empfehlung an die Trainierenden:
  - „Kontrolliere regelmäßig Deinen Ruhepuls, denn dieser verrät, ob das Immunsystem geschwächt ist; wenn der Ruhepuls am Morgen plötzlich 10 Schläge pro Minute höher ist als sonst, solltest Du aufs Training verzichten.“
  - Verzichte auf Umarmungen und Händeschütteln.
  - Bitte beachte, dass die Schnelldesinfektion mindestens 30 Sekunden einwirken muss.
  - Wasche und desinfiziere Deine Sportkleidung samt Handtüchern nach und vor dem Training.“
  - Jede/r nutzt für das Training ein großes Handtuch als Unterlage und ein kleines Handtuch zusätzlich. Die Handtücher sind nach jedem Training bei mind. 60 Grad zu waschen.“
- Die Mitarbeiter/innen des WerderVital dokumentieren mit einem Protokoll Reinigungs- und Desinfektionsarbeiten.
- Die Zahlungsabwicklung erfolgt bargeldlos. Beiträge werden im Lastschriftverfahren abgebucht. Die Bezahlung von Waren erfolgt mit dem Technogym® Wellness Key oder der Member and Bonus Card mit Transponder.

#### 7. Rehabilitationssport

Rehabilitationssport ist ausschließlich nach ärztlicher Verordnung möglich. Der Rehasport in Gruppen findet unter Einhaltung eines Abstands von 3 m statt, wobei eine erhöhte Aerosolbelastung vermieden wird, indem lediglich Übungen ausgeführt werden, die keine Intensivierung der Atmung bedürfen. Es werden im Kurs Übungen gewählt, die nur einen geringen Aerosolausstoß haben (Atemübungen nur liegend, kein anaerobes Schwellentraining). In den Kursen werden weder Gruppen- noch Partnerübungen gemacht, so dass zwischen den Teilnehmern/innen der Körperkontakt unterbleibt.

Die maximale Teilnehmerzahl der Rehagruppe berechnet sich anhand der Raumgröße des Kursraums. Für jede/n Teilnehmer/in werden mindestens 7,5 qm zur Verfügung gestellt. Der Kursraum bietet eine Fläche von 73 qm. Es dürfen maximal 8 Rehasportler (plus ein/e Trainer/in) anwesend sein. Bei Kursen gilt ein Mindestabstand von 3,00 m in alle Richtungen. Die Rehasportkurse können ausschließlich nach der Buchung über die my wellness® App besucht werden. Auf dem Fußboden des Kursraums sind Nummern aufgeklebt, die sich in der App finden. Wir schalten lediglich diejenigen 8 Plätze frei, mit denen die Abstandregelungen eingehalten werden. In der App finden die Teilnehmer eine Übersicht, welche Plätze im Kursraum verfügbar sind.

Wir stellen aktuell keine Matten fürs Training zur Verfügung und bitten daher zu den Kursen, in denen eine Matte benötigt wird, eine eigene Matte mitzubringen. (Klein-) Materialien dürfen nicht zwischen den Teilnehmern/innen ausgetauscht werden. Die Kurs Teilnehmer desinfizieren benötigte Kleingeräte wie Hanteln oder Tubes nach der Nutzung.

Zwischen den Kursen gibt es regulär mindestens zehn Minuten Wechselzeit, um den Kursraum zu lüften. Bitte erscheinen Sie erst kurz vor dem Kurs und verlassen Sie den Kursraum nach Kursende zügig und vermeiden Sie unbedingt gesellige Zusammenkünfte. Bitte beachten Sie die Einbahnstraßenregelung.

#### 8. Kursraumnutzung mit Fitnesskursen im Streamingdienst „WerderVital macht Dich fit“

Außerhalb der im Kursplan vorgesehenen Zeiten kann der Kursraum unter Einhaltung der maximalen Personenzahl genutzt werden. Gern stellen wir Ihnen über unseren Beamer unsere „WerderVital macht Dich fit“ Fitnesskurse von der Plattform sport.lauterserv.one zur Verfügung. Sprechen Sie unsere Mitarbeiter/innen bitte an, so dass wir Ihnen zur gewünschten Zeit die Technik einrichten. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir hier keine externen Fitnessvideos zeigen dürfen.