



physio hochuli training

Wir freuen uns sehr, Sie wieder bei uns zum Training zu begrüßen dürfen. So sehr wir über diese Wende glücklich sind, müssen wir Sie doch darauf hinweisen, dass das Training nicht einfach so wie vor der Pandemie stattfinden kann.

Wir müssen, dürfen und wollen die Vorgaben des BAG einhalten. Dazu wurden für die Center unter Anlehnung und Orientierung an der COVID-19-Verordnung 2 des Bundesrates Richtlinien festgelegt, die unter Berücksichtigung der speziellen Situation bei Centertraining die Einhaltung der BAG-Vorgaben garantieren. Aber ohne Ihre Mithilfe geht es nicht!

Individuelle Verantwortung

In der individuellen Verantwortung der Trainierenden steht die Einhaltung der «Alltagsregeln» des BAG auch während des ganzen Aufenthalts im Center:

- Abstand halten auch während des Wechsels von einer Trainingsstation zur nächsten
- Häufig gründlich (20-30'') die Hände waschen
- Kein Händeschütteln
- In Taschentuch oder Armbeuge Husten und Niesen
- Nicht ins Gesicht fassen!



Gemeinsame Verantwortung von Center und Trainierenden

Trainierende und Center sorgen gemeinsam für die Einhaltung der BAG-Vorgaben:

- Die dem Center gemeldete Ankunftszeit einhalten!
- Keine Gruppenbildung!
- Die vom Center festgelegte maximale Trainingszeit einhalten!
- Die vom Center für das Training an jedem Trainingsgerät festgelegte Maximalzeit einhalten!
- Die vom Center für die Trainingsübungen festgelegte Methodik (beispielweise keine Super-sätze / Herz-Kreislauftraining immer am Schluss) einhalten!

Wir danken Ihnen,

dass Sie mit Ihrer Disziplin das Trainieren auch in diesen schwierigen Zeiten möglich machen!