

## DT PERSONAL TRAINING – OUTDOOR BOOTCAMP

### Schutz- und Hygienekonzept für Teilnehmer

Wir wollen auch in Zeiten von Corona sicher sein!

Zum Schutz aller Teilnehmer und des Trainers haben wir folgende Schutz- und Hygienemaßnahmen definiert. Dieses Konzept beruht auf den aktuellen Gegebenheiten und wird bei Bedarf angepasst. Bei weiteren Fragen setze dich gerne mit mir in Verbindung:

Dirk Taschner

[dirktaschner03@gmx.de](mailto:dirktaschner03@gmx.de), 0176 56731233

### Organisation

1. Es muss zu jeder Zeit ein Abstand von 1,5m erkennbar eingehalten werden.
2. Bitte bringe ein eigenes Handtuch oder eine Matte mit.
3. Die einzelnen Stationen des Trainings werden so ausgerichtet, dass ein ausreichender Abstand möglich ist.
4. Auch wenn es schwerfällt: Hände schütteln, Umarmungen etc. sind leider nicht erlaubt.

### Regelungen

1. Das Desinfizieren der Hände vor dem Start ist verpflichtend. Hierzu wird der Trainer Händedesinfektionsmittel zur Verfügung stellen. Bei Bedarf kann dieses auch während des Kurses genutzt werden.
2. Da wir Outdoor sind, ist kein Mund-Nasenschutz verpflichtend. Du bist willkommen diesen zu nutzen, wenn du möchtest.
3. Falls Krankheitssymptome bei einem Teilnehmer auftreten, kann dieser leider nicht mehr am Training teilnehmen. Ebenso wenn es Kontakt mit einem positiv getesteten CoVid-19 Patienten innerhalb der letzten 14 Tage gab.
4. Um die Rückverfolgbarkeit zu gewährleisten, wird der Trainer von jeder Kursstunde eine Anwesenheitsliste führen.
5. Sollte sich ein Teilnehmer nicht an das Schutzkonzept halten, kann er vom Training ausgeschlossen werden

## Equipment

1. Equipment, das nicht einfach zu reinigen ist (z.B. Medizinbälle mit rauer Oberfläche, Fitnessbänder), wird momentan nicht eingesetzt. Es wird nur solches eingesetzt, das vor und nach dem Training gründlich und unter Einhaltung der Corona-Schutzverordnung für Fitnessanbieter gereinigt werden kann.
2. Der Trainer wird durch den entsprechenden Aufbau der Stationen und des Equipments den Mindestabstand von 1,5m gewährleisten.
3. Die Entscheidung, ob du Equipment nutzen möchtest, liegt am Ende bei dir. Wenn dies nicht der Fall sein sollte, sprich bitte deinen Trainer an und er wird dir eine Alternativlösung für diese Übungen anbieten.
4. Falls du unsicher bist oder Vorbehalte hast, können auch Trainingshandschuhe mit geschlossenen Fingern getragen werden.

Das Konzept wird aktualisiert und angepasst, wenn es Änderungen in gesetzlichen Bestimmungen gibt.  
Stand 11.08.2020.

Weitere Infos rund um das Bootcamps und sonstige FAQs findest Du unter <https://www.dt-personaltraining.com/outdoor-bootcamp>.

**Vielen Dank und viel Spaß!**

**#fitandfun**