

## Schutzkonzept des Pilates Studios Richterswil

(gemäss COVID-19-Verordnung 2 vom 27.5.2020 / aktualisiert am 29.10.2020)

### I, Allgemeines:

- 1) Die Mitarbeiter und Kunden des Pilates Studio Richterswil verpflichten sich, das **Schutzkonzept** des Pilates Studio Richterswil **einzuhalten**.
- 2) Die Mitarbeiter und Kunden des Pilates Studio Richterswil dürfen **auch bei nur leichten Krankheitssymptomen nicht an den Kursen teilnehmen**.
- 3) Kursteilnehmer, die zu einer der **Risikogruppen** gehören, können auf **eigener Verantwortung** an den Gruppenkursen oder am Personal Training teilnehmen.
- 4) Wird bei einem Mitarbeiter oder Kunden eine **COVID-19 Infektion** festgestellt und hat diese Person innerhalb der Inkubationszeit eine Trainingseinheit besucht, so ist die/der **Corona-Beauftragte des Pilates Studios Richterswil davon unmittelbar in Kenntnis zu setzen**.

### II, Contact Tracing:

- 1) Das Training erfolgt für einen bestimmten Zeitraum in **festgelegten Gruppen**; d.h. es ist **kein Wechsel zwischen den Gruppen** möglich!
- 2) Die **Kontaktdaten** der einzelnen Gruppenmitglieder sind dem Veranstalter (Pilates Studio Richterswil) **bekannt**. So können im Fall der Infizierung einer Person die anderen Gruppenmitglieder benachrichtigt werden.

### III, Abstandsregel:

- 1) In der **Garderobe am Eingang** dürfen sich maximal nur **zwei Personen** gleichzeitig aufhalten. Die anderen Personen warten bitte mit Abstand (mind. 1,5m) bis ein Platz frei geworden ist.
- 2) In diesem Zusammenhang bleibt die **Eingangstüre** 15 min vor und nach der Lektion **offen**. (Der jeweilige Kursleiter ist dafür verantwortlich.)
- 3) Im Vorraum der **Toiletten** darf sich maximal nur **eine Person** aufhalten.
- 4) In der **Garderobe im Studio** dürfen sich maximal nur **zwei Personen** gleichzeitig aufhalten. Die anderen Personen warten bitte mit Abstand (mind. 1,5m) bis ein Platz frei geworden ist. (Siehe dazu auch Punkt VI / 1!)
- 5) Im **Lektionsraum** darf sich **nur auf der Gymnastikmatte** bewegt werden (kein Herumlaufen, keine Gruppenbildung, keine Partnerübungen usw.) Die Matten werden von den Kursleitern in einem Sicherheitsabstand zueinander vorweg ausgelegt.
- 6) Die vom BAG vorgegebene maximale Teilnehmerzahl für den Gruppensport von 15 Personen wird jederzeit eingehalten.

### IV, Maskentragpflicht:

- 1) **In den Garderoben, im Flur und in den Toiletten gilt eine Maskentragpflicht.**
- 2) **Während des Trainings besteht keine Maskentragpflicht**, da die Mindestabstände und der Mindestplatz (4m<sup>2</sup> pro Person bei ruhigen stationären Sportarten wie Yoga und Pilates) zu jeder Zeit eingehalten werden können.
- 3) Selbstverständlich steht es jedem frei, die Maske auch während des Trainings anzubehalten.

## V, Hygieneregeln:

- 1) Beim Betreten des Studios die **Hände** mit dem bereitgestellten Desinfektionsmittel **reinigen!**
- 2) **In Papiertaschentuch oder Armbeuge niesen oder husten!**
- 3) Die Matten und sonstiges Trainingsmaterial werden nur von den Kursleitern ausgelegt und auch wieder eingesammelt!
- 4) Die Matten dürfen nur mit grossen **Tüchern**, die die **Matte vollständig bedecken**, benutzt werden!
- 5) Das verwendete **Trainingsmaterial** muss nach der Lektion vom Kunden mit dem bereitgestellten **Flächendesinfektionsmittel gereinigt** werden.
- 6) Nach jeder Lektion wird der **Lektionsraum** mindestens 15 min bei offenen Fenster **durchgelüftet**. (Der Kursleiter ist dafür verantwortlich.)
- 7) **Luftreiniger mit Hepafilter** (filtert kleinste Partikel wie Viren und Bakterien!) und **Luftbefeuchter** sind zusätzlich im Studio im Einsatz.

## VI, Sonstige Empfehlungen:

- 1) Um lange Wartezeiten in den Garderoben zu vermeiden, werden die Mitarbeiter und Kunden gebeten, möglichst **schon umgezogen** zum Training zu erscheinen!
- 2) Auch im Umgang untereinander auf die Abstandsregel (mind. 1,5m) achten und auf **Begrüssungsrituale** wie Händeschütteln, usw. **verzichten!**
- 3) Nach der Trainingseinheit die Räumlichkeiten des Studios **zügig verlassen!** (Private Gespräche und Socializing bitte ausserhalb der Räumlichkeiten)

## VII, Bestimmung Corona-Beauftragte:

Jedes Studio muss eine/-n Corona-Beauftragte/-n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. In unserem Studio ist dies:

Kerstin Schaller

Handy: 079 323 55 84

E-Mail: [kerstin@pilates-richterswil.ch](mailto:kerstin@pilates-richterswil.ch)

Richterswil, 29.10.2020