

Freiheit ist - wenn Du die Energie des Lebens spürst !



Geschafft, die ersten Tage nach der Öffnung waren auch für uns sehr spannend und gerne teilen wir mit euch die nächsten Neuigkeiten:

Reha-Kurse wieder ab dem 18.05.2020
Anmeldemöglichkeiten zu Reha-Kursen
Trainieren mit Mund-Nasen-Bedeckung
Corona-Update IX

Viel Spaß beim Lesen und wir freuen uns auf das Wiedersehen

Ab dem 18.05.2020 um 15:45 Uhr, starten wir auch wieder mit unseren Reha-Kursen gemäß aktuellem Kursplan. Wir haben die max. Teilnehmerzahl auf 13 begrenzt, um die Abstandsregeln in unseren Kursräumen einhalten zu können. Neben der Abstandsregel gibt es noch folgende Besonderheiten für die Reha-Kurse:

Bitte einen Platz per Telefon unter 02051 63346 reservieren
Bitte ein großes Handtuch mitbringen
Bitte direkt in Sportkleidung kommen
Sportschuhe können vor Ort gewechselt werden

Gerne könnt Ihr uns eine eMail an

IchBinDabei@ladyvitalis.fitness

senden und wir notieren Eure eMail im System. Wir senden Euch dann eine eMail mit weiteren Info's zu, damit Ihr Euch auch auf unserer Homepage eigenständig für Kurse registrieren könnt.

Die Registrierung funktioniert ganz einfach und ist in 2 bis 5 Minuten erledigt.

Hier geht es zur Online-
Buchungs-Möglichkeit

Wir sind öfters gefragt worden, ob beim Training eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden sollte. Auch in unseren Räumlichkeiten muss eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden. Diese kann am Trainingsgerät während der Übung herunter gezogen werden (unsere Mitarbeiter geben Dir gerne Tipps). In den Kursräumen kann diese vollständig abgenommen werden und neben seinem "Platz" gelegt werden. Hierfür liegen Einwegunterlagen in den Kursräumen aus. Das Training wird von unseren Trainern den aktuellen Gegebenheiten angepasst und unsere Kursräume werden nach jedem Kurs

- zu Eurem und unserem Schutz -

über einen längeren Zeitraum gelüftet.

Corona-Update IX: Jeden Tag kommen neuen Meldung zur Corona Pandemie und man kann schnell den Überblick verlieren, was denn nun offiziell ist und was noch Wunschenken ist. Auf der Webseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung gibt es ein paar Tipps, wie man verlässliche Informationen zum Coronavirus findet.

[Einfach hier klicken für weitere Info's.](#)

Im Studio haben wir Abstandsmarkierungen angebracht und Hygienehinweise zur Info ausgehangen. Bitte die Trainingsgeräte mit einem großen Handtuch während der Benutzung bedecken und die Handgriffe mit dem vorhandenen Desinfektionsmittel nach Benutzung desinfizieren. Kursteilnehmerinnen können gerne ihre eigene Matte zum Training mitbringen. Duschen, Sauna und Solarium können nicht benutzt werden und der Umkleieraum ist bis auf Weiteres nur für das Einschließen der Wertgegenstände und Strassenschuhe geöffnet. Kommt also bitte direkt in Sportbekleidung ins Studio. Die Spindschlüssel beim Verlassen des Fitnessstudios in die mit Desinfektionsmittel gefüllte Schüssel legen. Wir kümmern uns dann um die ordnungsgemäße Desinfektion der Spindschlüssel mehrmals täglich. Wir müssen Aufgrund behördlicher Anordnung, einmalig Euer Einverständnis zur Ermöglichung einer Kontaktpersonennachverfolgung einholen. Hierfür haben wir einen kurzen Vordruck vorbereitet, den Ihr unterschreiben müsst. Am besten wäre es, wenn Ihr für die Unterschrift euren eigenen Kugelschreiber mitbringt.

Bei Fragen steht Euch unser Team gerne zur Verfügung -
wir freuen uns auf das Wiedersehen.

Das Team von Lady Vitalis