

Hygienekonzept FTZ Fitnesszentrum Lehermeier GmbH

Im Rahmen der Corona Pandemie und des Rahmenhygienekonzepts Sport vom **29.05.2020** sowie vom **20.06.2020** wurde in der FTZ Fitnesszentrum Lehermeier GmbH folgendes Hygienekonzept erarbeitet:

1. Allgemeines

Alle nachfolgenden Maßnahmen basieren auf den bestehenden Vorschriften jeweils ausgegeben auf der offiziellen Seite des Bayerischen Staatsministeriums. Jegliche Änderungen sind oder werden in dieses Konzept integriert und somit aktualisiert.

Anwendung findet dabei die Fünfte Bayerische Infektionsschutzmaßnahmenverordnung vom 29.05.2020 sowie das **Rahmenhygienekonzept** Sport vom 29.05.2020 und vom 20.06.2020.

2. Hinweise

Die Mitglieder werden von den Mitarbeitern in die geltenden Hygieneregeln eingewiesen. Im Nachfolgenden erfolgt eine schriftliche Einwilligung durch den Trainierenden. Es wurden alle notwendigen Warn- und Aufklärungsschilder zu den im nachfolgenden aufgeführten Verhaltensweisen und Hygieneregeln in der Betriebsstätte angebracht. Die Kontrolle der Einhaltung erfolgt durch das Personal. Außerdem werden Risikogruppen über die derzeitige Lage unterrichtet. **Personen mit den typischen Symptomen des Covid-19-Virus sowie Personen mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen wird sofort der Zutritt verweigert.**

3. Hygiene

In den Räumen des Fitnessstudios werden ausreichend Möglichkeiten zum Händewaschen sowie zur Desinfektion geboten. Die Mitglieder sind dazu verpflichtet vor Trainingsbeginn die Hände zu waschen und zu desinfizieren sowie jedes Gerät nach der Nutzung zu desinfizieren. Außerdem ist das Personal dazu angehalten jegliche Kontaktflächen von Mitarbeitern oder Kunden stündlich zu reinigen und mit Desinfektionsmittel zu behandeln. Dazu zählen auch Trainerplätze sowie Toiletten.

4. Aufsicht

Das Personal sorgt dafür, dass die allgemeinen Abstandsregeln unter den Trainierenden eingehalten werden. Hierbei sind auch Hilfestellungen zwischen den Mitgliedern in jeder Form im Freihandtraining zu unterlassen.

Das Personal ist umfangreich in die Hygienevorschriften und in die praktische Anwendung im FTZ Lehermeier eingewiesen worden.

5. Mitarbeiter

Am Freitag, den 5. Juni 2020 fand ein Teammeeting statt. Hierbei wurden die Mitarbeiter in das Hygienekonzept und die geltenden Regeln in der Betriebsstätte eingewiesen. Die Mitarbeiter und die Kunden verzichten auf die Begrüßung per Handschlag. Oberstes Gebot ist die Einhaltung der Abstandsregel von 1,5 Metern. Die Mitarbeiter sind dazu verpflichtet, stets eine Mund-Nasen-Maske zu tragen.

6. Arbeitsabläufe

Alle Arbeitsabläufe werden so gestaltet, dass die Sicherheit und vor allem der Mindestabstand immer gewährleistet ist. Jeder Mitarbeiter ist verpflichtet sich vor und nach Dienstbeginn sowie in regelmäßigen Abständen dazwischen ausgiebig die Hände zu waschen. Das Team arbeitet im Zwei-Schicht-Betrieb. Hierbei wird vor allem darauf geachtet, dass sich die beiden Schichten in keiner Weise begegnen. Alle Regeln für die Kunden gelten mindestens auch für die Mitarbeiter.

7. Eingang und Ausgang

Die Mitgliederanzahl ist auf 45 Personen auf der Nutzungsfläche begrenzt. Dies wird Online auf unserer Internetseite sowie vor Ort über eine Übersicht der derzeitigen Auslastung im Studio symbolisiert.

Am Eingang befindet sich ein Aushang mit den geltenden Hygieneregeln in der Betriebsstätte. Beim Betreten, beim Verlassen, bei der Kommunikation der Mitglieder untereinander sowie beim Gang zu den Sanitäreinrichtungen des Studios herrscht Maskenpflicht. Im Betrieb selbst herrscht eine vorgeschriebene Gangrichtung, welche durch Markierungen auf dem Boden gekennzeichnet ist. Direkt nach dem Eingang sind die Mitglieder dazu verpflichtet sich die Hände zu waschen und zu desinfizieren. Jeder, der das Fitnessstudio betritt, muss sich einchecken sowie beim Verlassen wieder auschecken, sodass die behördliche Auflage zur Nachverfolgung bei einem Covid-19-Fall gegeben ist.

8. Duschen, Umkleiden und Toiletten

In unseren Mehrplatzduschen steht für eine Person die Dusche bereit die anderen Plätze sind außer Betrieb genommen und gekennzeichnet, die Lüftung ist ständig in Betrieb und sorgt in den Duschräumen für ständigen Luftaustausch. Die Duschplätze die außer Betrieb sind, werden regelmäßig gespült um eine Stagnation des Wassers zu verhindern. Die Umkleiden dürfen unter Einhaltung des **Mindestabstands von 1,50** Metern genutzt werden, um diesen einzuhalten ist nur jeder dritte Spind freigegeben. Die Toiletten werden auf eine Person begrenzt um den Mindestabstand einzuhalten.

9. Trainingsbereich

Der Mindestabstand von **1,5 Metern zwischen den Mitgliedern ist stets zu gewährleisten**. Die Mitglieder sind verpflichtet, ein eigenes Handtuch mitzubringen. Des Weiteren muss jedes Gerät und jede berührte Oberfläche nach der Benutzung desinfiziert werden. Auch hier werden durch Bodenmarkierungen der Mindestabstand von 1,5 Metern gewährleistet. Bereiche, in welchen dies nicht möglich ist, werden Schutzwände angebracht. Außerdem sind die Mitglieder angehalten, das Ausdauertraining im moderaten Trainingsbereich zu halten. Die Mitglieder werden außerdem darauf hingewiesen, dass Training so lange wie nötig aber so kurz wie möglich zu gestalten.

10. Kurswesen

Die Teilnehmer werden auf 14 Personen begrenzt. Bei Kurskarten werden die Daten des Käufers in unserem System festgehalten. Es besteht die Pflicht zum Check-In sowie Check-Out. Die Kunden sind angehalten den Kursraum nur mit Maske zu betreten und zu verlassen. Auf Zirkeltraining im Kursraum wird auf Grund der schwierigen Umsetzung der Hygieneregeln verzichtet. Bei den Kursen wird nach Möglichkeit auf einen festen Kursverbund der Mitglieder geachtet. Durch Bodenmarkierungen wird der Mindestabstand zwischen den Teilnehmern gewährleistet. Die Kurse sind auf 45 Minuten begrenzt. Die Mitglieder werden darauf hingewiesen pünktlich zum Kurs zu erscheinen. Danach wird der Raum 15 Minuten komplett gelüftet, sowie alle benutzten Geräte desinfiziert. Hierdurch wird auch ein geordnetes Verlassen der Mitglieder mit Mindestabstand gegeben. Bei Kursbeginn wird um Pünktlichkeit gebeten um eine Kontaktansammlung zu vermeiden. Es wird darum gebeten, wenn möglich eine eigene Matte mitzunehmen. Des Weiteren besteht zur Entzerrung weiterhin die Möglichkeit Online-Kurse zu nutzen.

11. Treppe

Auf das Entgegenkommen von Mitgliedern und Mitarbeitern auf der Treppe soll verzichtet werden. In gleicher Gangrichtung sind mehrere Personen (mit Mindestabstand!) auf der Treppe erlaubt.

12. Diagnostik und Trainingsplanerstellung

Während der kompletten Diagnostik sowie während der Trainingsplanerstellung ist vom Mitarbeiter und vom Klienten stets eine Mund-Nasen-Maske zu tragen. Die genutzten Geräte werden nach der Benutzung sorgfältig gereinigt sowie desinfiziert.

13. Milon Zirkel

Durch die Mechanik mit der Zeitsteuerung ist es möglich, dass jede Griffstelle (Hand) nach Gebrauch desinfiziert werden kann. Die Zeitsteuerung wurde vom Programm hierfür angepasst und die Pausen verlängert.

14. Lüftungsanlagen

Die Lüftungsanlagen werden so geschaltet, dass möglichst viel Außenluftanteil gewährleistet wird. Sie ist ständig in Betrieb und sorgt auch in den Duschräumen für ständigen Luftaustausch. Des Weiteren wird der Filter der Lüftungsanlage in regelmäßigen Abständen gewechselt. Außerdem wird das Fitnessstudio in regelmäßigen Abständen komplett gelüftet.

15. Getränke-Saftbar

Die Mitglieder sind dazu angehalten nur mitgebrachte Flaschen zu verwenden. Die Zapfanlage wird in regelmäßigen Abständen durch das Personal gereinigt sowie desinfiziert.