

Start: Donnerstag, den 27.08.2020 auch die Kurse!!!

Start: Kinderturnen: Montag, den 31.08.2020

Unsere Bitte an die Teilnehmer!!!!!!

Wichtig: Maskenpflicht bis zur Matte und Abstands- und Hygienemaßnahmen einhalten



Die Personenzahl ist auf max. 15 Personen im Gymnastikraum und 30 Personen in den Hallen begrenzt!

Ebenfalls begrenzt ist der Zugang zu den Umkleidekabinen und zu den Duschen! Darum bitten wir die Teilnehmer, wenn möglich bereits in Sportkleidung zu kommen!

Die Übungsstunden werden auf 45 Minuten reduziert, da die TrainerInnen nach der Stunde alle Geräte etc. desinfizieren müssen. Hier wäre ein großes Handtuch, das über die gesamte Matte passt oder eine eigene Matte von großer Hilfe. Außerdem muss nach der Übungsstunde eine „Stoßlüftung“ erfolgen. Generell bleiben die Fenster und Türen während der Stunde geöffnet.

Die Kurse, wie Yoga, Indoor Cycling, Pilates etc. finden wie gewohnt statt. Hier bitten wir die Teilnehmer, falls sie NICHT mehr teilnehmen möchten, sich telefonisch unter 04921/587941 oder per mail: isv@ewetel.net abzumelden.

Bei Erkältungssymptomen und/oder Unwohlsein (Husten, Schnupfen, Halsweh, Fieber) bitte zu Hause bleiben!!!!!!

Auf Empfehlung des Virologen Prof. Christian Drosten bitten wir die Teilnehmer, die aus dem Ausland kommen, die nächsten fünf bis sieben Tage nicht an dem ISV-Programm teilzunehmen.

Die Wirbelsäulen- und Funktionsgymnastik wird je nach Wetterlage auch auf dem vereinseigenen Sportplatz stattfinden oder (wenn frei) auch in der Halle!

Wir bitten um Eigenverantwortung und Rücksichtnahme, denn nur gemeinsam werden wir es schaffen!!!!!!