

Hallo,

heute kommen wir mit guten Neuigkeiten auf Dich zu:

Ab dem 11.05.2020 dürfen wir unseren Geräte- und Kursbereich wieder öffnen. Allerdings unter der Voraussetzung, dass die Neuerkrankungsrate im Kreis Minden-Lübbecke in einer Woche nicht 170 übersteigt.

Damit wir öffnen dürfen, müssen wir uns Alle an strenge Hygienemaßnahmen und Regeln halten. Deswegen teilen wir Dir heute einige Änderungen sowohl für den Geräte-, als auch den Kursbereich mit.

### Kursbereich

1. Bitte komme nur, wenn Du keine Erkältungssymptome hast.
2. **Betritt den Empfang nur mit Mund-Nasen-Schutz.** Sobald du an deinem Platz im Kursraum bist, darfst du den Mund-Nasen-Schutz ablegen.
3. Halte **im GANZEN Studiobereich 2 Meter Abstand** zu Anderen.
4. Im Eingang dürfen sich max. 2 Personen aufhalten, bitte warte solange draußen, bis Du an der Reihe bist.
5. Nach Betreten des Empfangsbereichs musst Du deine Hände desinfizieren. Auf Nicht-Kontaktfreie Begrüßungsrituale ist zu verzichten.
6. Deine Kundenkontaktdaten sowie Zeitpunkt deiner Ankunft müssen wir dokumentieren und ggf. an das Gesundheitsamt weiterleiten (nur bei positivem Covid-19-Fällen).
7. Umkleiden und Duschen dürfen nicht benutzt werden.
8. Sportequipment ist schwer zu desinfizieren und dürfen von uns nicht verwendet werden.
9. Mitzubringen sind: Hallenschuhe, Stoppersocken, Handtuch. **Ohne Handtuch dürfen wir Dich nicht trainieren lassen.**

### Corona Kursplanänderungen

Dienstag 15 Uhr → Neu Dienstag: 15.15 Uhr

Donnerstag 8.30 Uhr → Neu Freitag: 10.30 Uhr

Donnerstag 15 Uhr → Neu Donnerstag: 15.15 Uhr

**Wasserkurse** (können derzeit nicht im Wasser stattfinden, da das Porta-Bad aktuell noch geschlossen hat).

Dienstag + Freitag 9 Uhr → Neu Freitag: 8.45 Uhr in der Schalksburgstraße 4

Mittwoch 19 Uhr + 19.45 Uhr → Neu Mittwoch: 19 Uhr (Nordic-Walking) Treffpunkt Schalksburgstraße 4

Den aktuellen Kursplan findest du bald auf unserer Homepage: [www.portarisreha.de](http://www.portarisreha.de)

## Gerätebereich

1. Bitte komme nur, wenn Du keine Erkältungssymptome hast.
2. **Melde Dich zuerst am Empfang an. Betritt den Empfang nur mit Mund-Nasen-Schutz.** An den Geräten darfst du den Mund-Nasen-Schutz ablegen.
3. Nach Betreten des Studiobereichs musst Du deine Hände desinfizieren. Auf Nicht-Kontaktfreie Begrüßungsrituale ist zu verzichten.
4. Deine Kundenkontaktdaten sowie Zeitpunkt deiner Ankunft müssen wir dokumentieren und ggf. an das Gesundheitsamt weiterleiten (nur bei positivem Covid-19-Fällen).
5. Umkleiden und Duschen dürfen nicht benutzt werden (Schuhe dürfen ausgezogen werden).
6. Halte **im GANZEN Studiobereich 2 Meter Abstand** zu Anderen. **IMMER 1 Gerät** zwischen zwei Personen frei lassen.
7. Desinfiziere jedes Gerät nach Deiner Benutzung mit einem Desinfektionstuch.
8. Im Gerätebereich dürfen sich max. 4 Personen aufhalten und jeweils 1 Person pro Cardiogerät.
9. Aufenthalt im Studiobereich maximal für 1h.
10. Sportequipment (Hanteln, Terrabänder etc.) ist schwer zu desinfizieren und dürfen von uns nicht verwendet werden.
11. **Handtuch-Pflicht an allen Geräten!**
12. Mitzubringen sind: Hallenschuhe, Stoppersocken, Handtuch. **Ohne Handtuch dürfen wir Dich nicht trainieren lassen.**

## Corona-Öffnungszeiten Gerätetraining:

Montag 9.30 – 13.30 Uhr und 16.30 – 19.30 Uhr

Dienstag 16.30 – 19.30 Uhr

Mittwoch 9.30 – 13.30 Uhr

Donnerstag 16.30 – 19.30 Uhr

Freitag 11.30 – 15.30 Uhr

Weitere Zeiten (nach Terminabsprache) für Geräte-Kraft und Cardiotraining stehen zur Verfügung. Diese Zeiten können telefonisch mit dem Büro abgeklärt werden (0571/59 71 7000).

Wir freuen uns, Euch ab nächster Woche wieder in unseren Räumlichkeiten zu begrüßen!

Doris, Laura und Team

