



Liebe Teilnehmer*innen der Pilates- und Zumba-Kurse,

hier die Erläuterungen mit Hygieneregeln zu unseren Kursen:

Der Pilates-Kurs findet von 18.00-18.45 Uhr statt.

Da im Saal nur Platz für 24 Teilnehmer*innen ist, wurde der Zumba-Kurs gesplittet: Zumba I wird von 19.15-20.00 Uhr stattfinden, Zumba II von 20.15-21.00 Uhr. Zur besseren Koordination der Plätze in Zumba I + II können Anmeldungen per WhatsApp an Hedwig Schnichels (0171-9400223) geschickt werden. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir nicht mehr als 24 Teilnehmer*innen in den Saal lassen können und ggfs. Wartezeiten in Kauf genommen werden müssen.

Die Pausen zwischen den Kursen werden zum Lüften und Desinfizieren genutzt.

Beim Betreten des Dorfgemeinschaftshauses sind die Hände zu desinfizieren, ebenso ist eine Maske zu tragen. Diese darf lediglich am Trainingsplatz abgenommen werden und ist somit auch auf den Wegen dahin und zur Toilette zu tragen.

Bitte achten Sie auf die Beschilderung der Ein- und Ausgänge.

Von jeder Teilnehmerin/jedem Teilnehmer sind zum Zwecke der Rückverfolgbarkeit vor Kursbeginn Name, Adresse und Telefonnummer lesbar in eine Liste einzutragen.

Im Saal sind auf dem Boden mit Klebband Wege, Freiräume und Trainingsplätze (x) gekennzeichnet.

Bitte kommen Sie bereits in Sportsachen und lassen Sie ihre Jacken im Auto.

Sportequipment wie Therabänder oder Bälle dürfen von uns nicht zur Verfügung gestellt werden.

Der Mindestabstand von 1,5m ist immer einzuhalten, auch bereits vor dem Einlass außerhalb des Dorfgemeinschaftshauses.

Infos zu neuen Kursen folgen gesondert.

Wir freuen uns, dass es wieder losgeht!
Der Vorstand der Dorfgemeinschaft Zingsheim e.V.