

INDIGO

FITNESS CLUB

Einführung der 2-G-Regelung

Basierend auf dem Beschluss des Bundesrates (17.12.2021) gilt ab Montag, dem 20. Dezember 2021, die 2-G-Regelung. Somit dürfen im INDIGO nur noch Personen trainieren, welche entweder geimpft oder genesen sind.

MASKENPFLICHT

Während dem Fitnessclubbesuch musst du zwingend eine Maske tragen:

- Beim Betreten des Gebäudes
- Beim Einchecken an der Rezeption
- In der Club Lounge
- Auf dem Weg von der Rezeption zu den Garderoben und zurück
- In den Garderoben beim Umziehen
- Beim Ausdauertraining
- Beim Krafttraining (an den Kraftgeräten und mit freien Gewichten) und beim Stretching
- In den Fitnesskursen

Ausnahmen, in denen die Maske nicht getragen werden muss:

- Beim Duschen

BIS AUF WEITERES BLEIBEN DIE SAUNA UND DAMPFBÄDER GESCHLOSSEN.

WEITERE WICHTIGE MASSNAHMEN

- Trainiere nur, wenn du dich gesund fühlst. Auch bei nur leichten Symptomen solltest du den INDIGO Besuch meiden.
- Wasche dir vor und nach dem Training gründlich die Hände und/oder benutze die Handdesinfektionsspender.
- Die Abstandsregel gilt weiterhin: Halte während dem ganzen Fitnessclubbesuch jederzeit mindestens 1,5 Meter Abstand.
- Bist du zeitlich flexibel? Dann trainiere bitte zu Off-Peak Zeiten.
- Reinige die Cardiogeräte nach jeder Benützung und benutze das Trainingstuch beim Krafttraining auf den geführten Geräten.
- Bring bitte Geduld und Verständnis mit, falls es an der Rezeption, in den Garderoben und bei einzelnen Geräten zu Wartezeiten kommen sollte.

GEMEINSAM SIND WIR STARK - DANKE FÜR DEINE UNTERSTÜTZUNG!