



Endlich wieder für dich da!



Dettingen, 02.06.2021

Wir dürfen wieder öffnen !!!

Liebe Mitglieder,

die bange Zeit des Wartens hat ein Ende. Vorbehaltlich der noch kommenden Bekanntmachung durch das Landratsamt Reutlingen dürfen wir am kommenden Samstag, 05. Juni öffnen!

Voraussetzungen

Wie ihr sicher schon wisst, ist der Zutritt ohne akute Symptome einer Corona-Infektion und nur mit dem Nachweis einer der 3 G's möglich:

1. **Geimpfte:** Vorlage des Impfpasses. Die vollständig abgeschlossene Impfung muss 14 Tage zurückliegen. Bei vormals Infizierten, die nur eine Impfung haben, erfolgt der Nachweis durch PCR-Test und Impfpass.
2. **Genesene:** Vorlage eines positiven PCR-Tests. Bestätigte Infektion liegt mind. 28 Tage und max. 6 Monate zurück.

Wir erfassen in beiden Fällen den Nachweis, so dass ihr ihn nur beim erstmaligen Checkin mitbringen müsst.

3. **Getestete:** Vorlage einer Bescheinigung über einen Negativtest z.B. vom Arbeitgeber, Testzentrum oder Dienstleister, die nicht älter als 24 Stunden ist. Wir nehmen hier bei uns keine Tests vor. Für Deine Übersicht haben wir Dir eine Liste mit den Testmöglichkeiten in der Nähe.

Wie wird der Ablauf sein?

Eine **Anmeldung zum Training ist nicht notwendig**. Durch unsere großflächige Anlage erreichen wir die maximal zulässige Personenzahl nicht. Ihr checkt mit Maske ein und tragt diese bis zur Umkleide. Beim Training benötigt ihr sie nicht. Beim Gehen zieht ihr eure Maske von der Umkleide zum Checkout wieder auf. Während ihr euch in unserem Fitnessclub aufhaltet, ist daher der **Abstand** das oberste Gebot! Nur so können wir uns **ohne Maske** bewegen und entspannt **trainieren**.

Ihr kennt euren Fitnessclub: durch unsere vielen Fenster können wir unterstützend zu unseren Lüftungsanlagen ganztägig frische Luft garantieren - jetzt im Sommer hoffentlich ohne "Kälteschock" ;-). Wie im letzten Jahr gilt weiterhin, beim Kommen und Gehen die Hände zu desinfizieren und nach Nutzung der Geräte die Kontaktflächen zu reinigen.

Eure INJOY Trainer werden zu eurer Betreuung, für Korrekturen, Fragen, Tipps, Körperanalysen oder kleinen Übungsänderungen ansprechbar auf der Trainingsfläche sein. Daher werden wir keine Trainingstermine vereinbaren. Wir möchten sicherstellen, dass jeder mit uns gemeinsam einen guten Wiedereinstieg schafft.

Wir freuen uns, dass **Umkleide, Sauna und Duschen** ebenfalls geöffnet werden dürfen. So steht eurer Entspannung und einem Sonnenbad nach dem Training nichts im Wege. Auch Massagezeiten bei Daniele oder Brigitte sind buchbar. Nur die Kinderbetreuung können wir in der 1. (und 2.) Woche leider noch nicht anbieten.

Für den **Kursbereich** gilt beim Zutritt, nicht auf der Treppe zu warten. Wenn ihr keinen Abstand halten könnt, bitte Maske mitnehmen - ebenso für Kurse, bei denen ihr Hilfsmittel benötigt - zum Holen und Aufräumen der Hilfsmittel. Den Kursplan findet ihr auf unser Homepage <https://www.injoy-dettingen.de/kursplan> und anbei.

Die Kurse sind zunächst ebenso ohne Anmeldepflicht. Diese werden wir nur einführen, falls im Laufe der Wochen mehr Teilnehmer als möglich kommen würden. Wie ihr es schon kennt, gibt es auf dem Boden Markierungen, die euch einen Platz mit sicherem Abstand zu den nächsten Teilnehmern gewährleisten. Die **Cyclingkurse** werden draußen stattfinden - für diese meldet ihr euch wie gewohnt vorab telefonisch an.

Derzeit ist von der Landesregierung Baden-Württemberg eine neue Corona-Verordnung in Arbeit. Diese soll im Laufe dieser Woche noch veröffentlicht werden. Falls sich daraus Änderungen ergeben, werden wir euch auf dem Laufenden halten.

Für euch noch zur Info: die Zeit der Schließung betrug nun 7 Monate, diese 7 beitragsfreien Monate hängen wir, wie bereits mehrmals angekündigt, an eure Laufzeit an.

So, nun gilt es, die Sporttasche, Deine INJOY-Getränkeflasche und die Mitgliedskarte zu suchen und Dein Sportoutfit vorzubereiten. Dein INJOY Team ist schon total aufgeregt und freut sich auf die Wiedereröffnung. Lass uns die Situation gemeinsam mit verständnisvollem Miteinander und Ruhe angehen.

Viele liebe Grüße

Monika & Thomas mit dem gesamten INJOY-Team

PS: Zur Einstimmung und Motivation noch ein Link zu einer 15 minütigen Zusammenfassung des 1. Teils des Expertentalks mit Prof. Dr. Ingo Froböse, Dr. Kurt Mosetter und Prof. Dr. Marion Schneider über die Wichtigkeit und Notwendigkeit des Muskeltrainings: https://www.youtube.com/watch?v=tLoqWy7_V2w