

# Hygieneregeln

## SCHÜTZE DICH UND ANDERE!



In **Umkleiden** und **Garderoben** bitte **NMS Maske** tragen und einen **Abstand** von **mind. 1m** einhalten.



Desinfiziere **bei Betreten** und **beim Verlassen** bitte Deine Hände.



Bitte wasche Dir **regelmäßig** und **gründlich** Deine Hände.



Beim Training mind. **2m Abstand** zu Kunden und Mitarbeitern halten.



Achte auf Deine **Nies- und Husthygiene - Ellenbogenbeuge**



**Großes Handtuch** verwenden und Geräte nach Gebrauch **desinfizieren**



Verzichte bitte bei **Krankheitssymptomen** auf einen Besuch

Durch Einhaltung dieser Regeln leistest Du einen wichtigen Beitrag, um die Ausbreitung des Virus zu verhindern.

# DANKE!