

## **Liebe Lifetime-Sport Gäste,**

wir freuen uns sehr, dass Ihr kommt. Die aktuellen Umstände vor dem Hintergrund des Corona-Virus erfordern auch bei uns Maßnahmen, die dazu beitragen Euren Aufenthalt bei Lifetime-Sport zu genießen und gleichzeitig Eure und unsere bzw. die Gesundheit unserer Mitarbeiter zu schützen.

Wir hoffen dabei auf Euer Verständnis und Euer aktives Mitwirken.

Alles Gute und Gesundheit wünscht Euch

Euer Lifetime-Sport Team

## **Allgemeine Maßnahmen bei Lifetime-Sport**

- Bitte beachte die Sicherheitsvorgaben bei uns an der Station
  - immer nur 1 Person oder eine Familie direkt am Infotresen an der Station
  - an den entsprechenden Markierungen warten
  - entsprechend der Zeichen gehen (Eingang/Ausgang)
  - Desinfektionsmittel für Hände bzw. Möglichkeiten zum Händewaschen sind vorhanden
- Bitte halte Dich immer nur so kurz wie nötig an der Station auf
  - Natürlich findest Du hier auch weiterhin bei allen Problemen und Fragen einen Ansprechpartner
- Schlüssel, Anmeldeformular und Schrankenkarte befinden sich in Eurem Haus
  - Solltet ihr außerhalb der Rezeptionszeiten ankommen, ruft uns an unter +31-525-6982212
  - Meldet Euch bitte nach Ankunft kurz bei uns an der Station an (1 Person)
  - Bitte das Anmeldeformular komplett ausfüllen (inkl. Mitbewohner) und an der Station abgeben
  - Bitte gebt die Schrankenkarte mit dem Schlüssel bei Abreise zurück, sonst müssen wir Euch diese mit jeweils 50€ berechnen
- Wenn Ihr gerne Kurse belegen möchtet, schreibt uns Eure Wünsche gerne im Voraus per Email, so dass wir schon besser planen können.
- Sofern ihr Neoprenanzüge und -schuhe benötigt, gebt uns Eure Größen ebenfalls per Email durch, so dass wir Sie Euch schon vorher ans Haus hängen können.
  - Falls etwas davon nicht passt, kommt zur Station zum Wechseln
  - Alle Neoprenanzüge und -schuhe wurden bereits gründlich gereinigt und desinfiziert
  - Ihr behaltet Euren Anzug für die gesamte Zeit
- Falls ihr unseren Brötchen-Service in Anspruch nehmen möchtet, dann schreibt uns das am Besten auch in der Email:
  - wieviele Brötchen für welchen Tag (1 Brötchen = 0,50€/gemischt ohne Wahlmöglichkeit)
- Der Verleih erfolgt kontaktlos. Nach Absprache und Zuteilung könnt Ihr die Materialien selbstständig aus den entsprechenden Ständern nehmen.
  - Desinfektionsmittel zur Flächendesinfektion stehen bereit
  - Am Besten Papiertuch besprühen und dann die entsprechende Fläche abwischen
- Packhinweis:
  - Bettwäsche und Handtücher bitte mitbringen
  - Siehe auch unsere Packliste auf unserer Website unter Angebote > Unterkunft
- Haltet Euch bitte an die nachfolgenden Corona-Regelungen in den Niederlanden

## **Allgemeine Grundregeln für alle in den Niederlanden**

- Wasche deine Hände
  - 20 Sekunden mit Wasser und Seife, dann die Hände gründlich trocknen
  - bevor Du aus dem Haus gehst, wenn Du nach Hause kommst, wenn Du Dir die Nase putzt, vor den Mahlzeiten und nach dem Toilettengang.
- Husten und Niesen in die Innenseite Deines Ellbogens
  - Verwende Papiertaschentücher, um Dir die Nase zu putzen, wirf es danach weg und wasche Dir die Hände
- Hände bei der Begrüßung und Verabschiedung nicht schütteln
- Halte 1,5 Meter (2 Armlängen) Abstand von anderen
  - Dies gilt für alle auf der Straße, in Geschäften und bei der Arbeit
  - Dies gilt NICHT zu Hause oder auf der Straße, wenn es sich um Personen aus Deiner Familie oder Deinem Haushalt handelt
  - Missachten der Abstandsregelung im öffentlichen Raum kostet 400€ Strafe
- Halte Dich so viel wie möglich zu Hause auf
- Vermeide Menschenmassen. Wenn Du merkst, dass es schwierig wird 1,5 Meter Abstand zu halten, dann gehe woanders hin
  - Bleib in der Nähe von zu Hause. Gehe so viel wie möglich zu Fuß oder fahre mit dem Fahrrad

## **Ergänzende Regeln**

- Mund-Nasen-Schutz ist nur im öffentlichen Nahverkehr ab dem 1. Juni 2020 verpflichtend zu tragen. Öffentliche Verkehrsmittel sind vorläufig nur im Notfall zu nutzen.
- Im Supermarkt muss zur Zeit kein Mund-Nasen-Schutz getragen werden. Bitte achte auf die Sicherheitsvorgaben der Supermärkte und der anderen Geschäften.
- Halte im öffentlichen Raum immer 1,5 Meter Abstand zu anderen Personen
  - Dies gilt NICHT zu Hause oder auf der Straße, wenn es sich um Personen aus Deiner Familie oder Deinem Haushalt handelt
  - Missachten der Abstandsregelung im öffentlichen Raum kostet 400€ Strafe
- Restaurants und Bars öffnen ab dem 1. Juni. Bis dahin ist Bestellen und Abholen oder Liefern lassen möglich.
- Bei Husten, Fieber oder anderen Erkältungssymptomen bleibe lieber zu Hause und reise gar nicht erst an. Treten die Symptome vor Ort auf, dann reise möglichst schnell nach Hause und suche einen Arzt auf. Bei starken Symptomen, bleibe zwingend zu Hause und informiere einen Arzt vor Ort
- Für Kinder unter 12 Jahren gilt die Abstandsregelung nicht, wohl aber alle anderen Hygienemaßnahmen.