



Pilates ab 23.6.2020

Liebe Pilates-TeilnehmerInnen,

vom Kurs vor den Osterferien sind noch **zwei** Übungsstunden offen, die registrierte TeilnehmerInnen der einzelnen Kurse in der Zeit vom 23.6. bis 16.7.2020 nachholen können. Folgende Zeiten bietet Katja in den nächsten 4 Wochen an:

	KW 26	KW 27	KW 28	KW 29
Pilates 1: dienstags, 18.45-19.45 Uhr	23.6.	30.6.	7.7.	14.7.
Pilates 2: dienstags, 20 – 21 Uhr	23.6.	30.6.	7.7.	14.7.
Pilates 3: mittwochs, 18.30-19.30 Uhr	24.6.	1.7.	8.7.	15.7.
<u>Ausweichmöglichkeit:</u> mittwochs, 19.45-20.45 Uhr	24.6.	1.7.	8.7.	15.7.
Pilates 4: donnerstags, 8.15-9.15Uhr	25.6.	2.7.	9.7.	16.7.

Sie können noch an **zwei Stunden** Ihres gebuchten Kurses teilnehmen. (Einzige Ausweichstunde ist mittwochs, 19.45 – 20.45 Uhr.)

Da wir die Hygienevorschriften beachten müssen, dürfen **höchstens 8 Personen** an einer Stunde teilnehmen. Deshalb müssen Sie sich **telefonisch anmelden**, und zwar ausschließlich zu diesen Zeiten:

freitags 15 – 16 Uhr

montags 10 - 12 und 15 - 16 Uhr

dienstags 10 - 12 Uhr

Tel.: 01573 6407120

Anmelden können Sie sich immer **nur für die Stunden der jeweiligen Woche.**



Bei der Anmeldung müssen Sie angeben: **Name, Vorname, Anschrift, Tel.nr.!**
Diese Daten werden gesammelt und als Anwesenheitsliste verwendet.
Außerdem werden sie 4 Wochen aufgehoben und im Fall einer Infektion an die zuständigen Behörden weitergegeben.

Ohne vorherige Anmeldung keine Teilnahme! Ein unentschuldigtes Nichterscheinen trotz Anmeldung gilt als „teilgenommen“.

In der Sportstätte (DGH) müssen folgende Hygienevorschriften beachtet werden:

- Händedesinfektion am Eingang
- Abstand (mind. 1,5m) halten!
- Erst kurz vor Beginn der Übungsstunde kommen!
- Bitte bereits umgezogen kommen und die Jacke u.ä. am Platz lassen!
- Kein Gegenverkehr auf der Treppe!
(Teilnehmer des zweiten Kurses warten mit Abstand unten, bis der vorherige Kurs weg ist!)
- Toilettenraum nur einzeln betreten!

Mit diesem Angebot ist der Kurs (Jahresanfang bis Ostern) abgegolten und es bestehen keine Erstattungsansprüche.

Wie es nach den Sommerferien weitergeht, können wir im Moment noch nicht festlegen. Bitte schauen Sie diesbezüglich regelmäßig auf die Homepage und in die Schaukästen!

Viel Spaß beim Training und weiterhin gute Gesundheit!

Mit sportlichen Grüßen

Simone Wietzke

Stellv. Vorsitzende