

Corona-Trainingszeiten Turnen für Erwachsene

Stand September 2021

Zeit	Dienstag	Zeit	Donnerstag	Freitag		Zeit	Sonntag
19:00		19:00		19:00		10:00	Erwärmung u. Training Akrobatikhalle
19:15		19:15		19:15		10:15	
19:30	Erwärmung + Training Akrobatikhalle Gerätebereich	19:30	Erwärmung + Training Akrobatikhalle Gerätebereich	19:30		10:30	
19:45		19:45		19:45		10:45	
20:00		20:00		20:00	Erwärmung + Training Akrobatikhalle	11:00	
20:15		20:15		20:15		11:15	
20:30		20:30		20:30		11:30	
20:45	20:45	20:45	11:45				
21:00	21:00	21:00	12:00				
21:15		21:15		21:15		12:15	
21:30		21:30		21:30		12:30	
21:45		21:45		21:45		12:45	
22:00		22:00		22:00			
22:15		22:15		22:15			
22:30		22:30		22:30			
22:45		22:45		22:45			

Bitte beachten:

Indoor gilt 3G (Geneselt, Geimpft, Getestet)

Die Erwärmung findet in der Akrobatikhalle statt - jeweils wo gerade Platz ist.

Die Corona-Regeln des ESV München sind verbindlich einzuhalten (siehe www.esv-muenchen.de)

Die Maskenpflicht auf den Verkehrswegen/Umkleiden einhalten

Mindestabstand von 1,5-2m zwischen den Personen **wo möglich** auch während des Trainings einhalten.

Hilfestellung so reduziert wie möglich

Benutzte Geräte/Matten sind nach dem Training zu reinigen/desinfizieren

Nach dem Training die Türen schließen - die Fenster/Dachkuppeln offen lassen

Viel Spaß beim Turnen!

Sabine Reitberger, Katharina Seßler