

# Hygiene im MFT

## Gemeinsam gegen Corona



### Kurse

Bitte melden Sie sich weiterhin 24 Stunden vor Kursbeginn telefonisch an. Die max. Teilnehmerzahl pro Kurs beträgt 8 Personen. 5 Min. vor Kursende werden die Matten von den Teilnehmern gemeinsam desinfiziert und der Raum gelüftet.

### AHA

#### AHA-Regel

Um sich und andere zu schützen, gilt auch im MFT die gängige AHA-Formel:

- **A**bstand halten
- **H**ygiene beachten
- **A**lltagsmaske (auf den Laufwegen) tragen



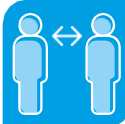
### Maske

Als Einrichtung für Medizinische Fitness ist uns Hygiene besonders wichtig, daher gilt im MFT Maskenpflicht auf allen Laufwegen und in der Umkleide. An den Geräten und auf der Matte im Kursraum darf die Maske herunter genommen werden.



### Desinfektion der Hände

Korrekte Händedesinfektion ist wichtig. Bitte nutzen Sie die Desinfektionsspender beim Betreten und Verlassen der Anlage. Hiermit können Sie Ihr persönliches Risiko stark reduzieren.



### Umkleidekabinen

Im MFT Grüneburgweg ist die Umkleide für 4 Personen verfügbar. Im MFT Westend dürfen sich 6 Personen gleichzeitig umziehen. Mit dieser Regelung sorgen wir dafür, dass der Abstand in den Umkleiden gewährleistet bleibt.



### Lüftung

Im MFT Grüneburgweg werden die Räumlichkeiten über ein Lüftungssystem, das Frischluft von außen zuführt, versorgt. Im MFT Westend wird durch eine Deckenlüftung für Frischluftaustausch gesorgt. Ergänzend dazu erfolgt an beiden Standorten konsequentes und regelmäßiges Stoßlüften durch die Fenster. Bei der Fensterlüftung gilt es Daueraus Kühlung und Erkrankung durch permanenten Luftzug zu vermeiden.

Wir verfügen räumlich über viele Fensterflächen. In den Sommermonaten ist Dauerlüftung über offene Fenster problemlos möglich. Die Lüftung wird durch das MFT Personal organisiert.