

# Safety first!



## HAND-DESINFEKTION

Beim Betreten und Verlassen des Studios



## MASKEN-PFLICHT

Beim Betreten des Studios  
und im Kursbereich – bis zur Matte



## ABSTAND HALTEN

Mindestens 1,5 m



## HANDSCHUH-PFLICHT

Beim Krafttraining eigene Baumwoll-  
Handschuhe tragen



## HANDTUCH-PFLICHT

Mattentraining nur mit eigenem Badetuch

