

Safety first!



HAND-DESINFEKTION

Beim Betreten und Verlassen des Studios



MASKEN-PFLICHT (FFP2 oder OP)

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