



# e-pulse

... strengthens your immune system

Bern/Schaffhausen, 03. Dezember 2020

## Schutzkonzept Covid-19 - e-pulse EMS und Personaltraining

Diese Schutzmassnahmen werden ab sofort in allen e-pulse Studios umgesetzt.

### Vorwort

Durch den Entscheid des Regierungsrates des Kantons Bern vom 23. Oktober 2020 wurde verkündet, dass insbesondere Fitnesscenter bis auf weiteres geschlossen werden. Ausgeschlossen von dieser Regelung sind Trainingsarten welche keinen direkten und nicht dauerhaften Körperkontakt zur Folge haben. So kann e-pulse seine Dienstleistungen im Dienste Deiner Gesundheit weiter anbieten und sicherstellen.

Die Wahrung der Verantwortung gegenüber den e-pulse Kunden hat trotzdem oberste Priorität und daher wurde das Schutzkonzept entsprechend überarbeitet resp. erweitert.

### Schutzmassnahmen nach Vorgabe des Bundesamtes für Gesundheit



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra  
Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Uffizi federal da sanadad publica UFSP



SwissCovid App  
Download

**Die Schutzmaske ist während dem ganzen Aufenthalt im Studio zu tragen - ausgeschlossen von dieser Regelung ist die Voraussetzung, dass ein umlaufender Abstand von 15m<sup>2</sup> von der jeweiligen Trainingsperson zu seinem Personaltrainer eingehalten werden kann.**

### Vor dem Training

1. Das Training mit besonders gefährdeten Personen ist unter Einhaltung der vom BAG vorgegebenen Schutzmassnahmen möglich.
2. Sollten sich Unsicherheiten ergeben ist zwingend vor dem Studiobesuch telefonisch mit der Studioleitung Kontakt aufzunehmen.
3. Personaltrainer und Kunden mit Symptomen dürfen die e-pulse Studios nicht betreten.

## **Buchungen – Terminvereinbarungen**

1. Buchungen und Terminvereinbarungen erfolgen nur über die dafür vorgesehene Buchungsplattform.

## **Im Trainingsstudio – vor/während/nach dem Training**

1. Beim Eintreten in unseren Räumlichkeiten wird nur mit einer Maske gestattet und die Hände mit das zur Verfügung gestellte Händedesinfektionsmittel zu benutzen (Eingangsbereich).
2. Es wird ausschliesslich ein 1:1 Training angeboten und jeweils nur ein Kunde auf der Trainingsfläche zugelassen.
3. Der Eintritt in das Studio erfolgt **max. 5min** vor Trainingsbeginn gewährt. Ebenso ist nach erfolgtem Training und umziehen (Duschen) das Studio unverzüglich zu verlassen.
4. In allen Räumlichkeiten stehen ausreichend Desinfektionsmittel zur Verfügung.
5. Es werden für jedes Training einzelne Hygienemasken zur Verfügung gestellt (Kosten CHF 0.50)
6. Die Trainingsübungen werden so gewählt, dass kein Körperkontakt stattfinden wird.
7. Trainingsübungen werden mit dem eigenem Körpergewicht und –kraft ausgeführt und einzelne trainingsunterstützende Hilfsmittel immer vor-, und nach dem benützen desinfiziert. Es erfolgt ausschliesslich eine verbale und optische Trainingsunterstützung von dem Personaltrainer.
8. Während dem Training bleiben vereinzelt Fenster für einen umfangreichen Luftaustausch geöffnet. Sollten es die Temperaturen nicht zulassen wird nach jedem Training mind. 5min. stossgelüftet.

## **Nach dem Training**

1. Nach jedem Training werden die Räumlichkeiten vom e-pulse Team gründlich gereinigt, desinfiziert und für den nächsten Kunden vorbereitet.
2. Sollten sich nach einem Trainingsbesuch Symptome zeigen oder ein positiver Test erfolgen, so ist die jeweilige Studioleitung umgehend zu informieren.
3. Das Studio-interne „Contact-Tracing“ kann mittels der e-puls Buchungsplattform gewährleistet werden.

Studioleitung Bern: Aleks 031 331 13 13 info@e-pulse.ch  
Studioleitung Schaffhausen: Daniela 052 624 15 15 sh@e-pulse.ch

**#e-pulse**

**#strongerthancorona**

**#strengthenyourimmunesystem**