

Elmshorn, 02.06.2021



## ...Lockerungen beim „Gruppensport“

Liebes Vie Vitale-Mitglied,

der nächste Schritt kann gegangen werden: Ab nächster Woche können wir mehr Kapazitäten zur Verfügung stellen 😊!

### **Gerätebereich**

Im Gerätebereich können wir ab Montag, 07.06.21 = **9+1** Plätze frei geben. D. h. 9 Teilnehmer und 1 Trainer sind pro Slot möglich. So können wir auch endlich Euer Training wieder begleiten und für Euch im Trainingsbereich anwesend sein. Für die 9+1 Regel macht es übrigens keinen Unterschied, ob Du als geimpft/genesen zählst oder nicht.

Unsere Trainingsfläche in K1 wird aufgelöst und die dort stehenden Geräte werden wieder in den ursprünglichen Gerätebereich zurückgeräumt.

Außerdem passen wir die Länge unserer Trainings-Slots an. Ein Trainings-Slot dauert nunmehr 55 Minuten. Zwischen den Slots gibt es eine 5minütige Pause, so dass alle Slots zur vollen Stunde beginnen.

Ein Cardiotraining ist aufgrund der hohen Tröpfchen- und Aerosolbildung durch hohe Atemraten weiterhin nicht erlaubt. Bitte nutze die Cardiogeräte lediglich für ein max. 10minütiges Aufwärmtraining.

Auch wenn Lockerungen spürbar sind, so gelten nach wie vor die bekannten Abstands- und Hygieneregeln. Bitte beachte dies bei Deinem Besuch bei uns!

Achtung! Wir halten die Außentüren im Gerätebereich während unserer gesamten Öffnungszeit offen. Bitte Sorge ggf. für entsprechende Kleidung!

Du benötigst Unterstützung beim Wiedereinstieg in Dein Gerätetraining bzw. ein neuer Trainingsplan ist erforderlich? Wir sind auch hierfür wieder für Euch da. Ab Freitag, 04.06 liegen unsere Terminplaner am Tresen bereit und Ihr könnt einen Termin bei uns vereinbaren. Gerne auch telefonisch unter Tel. 04121/484340.

### **Outdoor-Gerätebereich geplant**

Vielleicht hast Du es schon in der EMTV-Beilage der EN gelesen: Wir wollen einen Vie Vitale-Outdoor-Gerätebereich realisieren. Als Fläche ist der Bereich vor der Außentür in Richtung gr. Zelt/Tennisanlage vorgesehen. Leider wird es noch ein wenig dauern, bis alles steht – die Lieferzeiten der Outdoor-Geräte sind aufgrund der hohen Nachfrage ziemlich lang. Trotzdem freuen wir uns natürlich schon, Euch bald auch so eine Trainingsmöglichkeit zur Verfügung stellen zu können. Wir halten Dich auf dem Laufenden 😊

### **Kursbereich indoor**

Wir freuen uns sehr, dass wir Euch ein großes Outdoor-Kursangebot bieten können und wir regen- und sonnengeschützt unter dem Zeltdach mit Euch trainieren. Das wollen wir unbedingt beibehalten.

Allerdings werden wir nunmehr die Kurse, die wir zuletzt „nur“ Online exklusiv durchgeführt haben, in den K1 verlegen. Unsere Yoga-Kurse finden ab nächster

Woche dann wieder live vor Ort statt. Zusätzlich wandert am Dienstagmorgen auch „Entspannt bewegen“ in den Kursraum 1.

In diesem Bereich zählt ebenfalls die Regel 9+1 Teilnehmer und auch hier werden wir mit offenen Außentüren trainieren. Bitte präpariere Dich entsprechend.

Wir wollen übrigens zeitnah auch in K1 mit Hybridkursen starten, so dass wir auch hier live vor Ort und live online via Zoom für Euch da sein können.

### **Kurse Live vor Ort und Online / Hybrid-Kursangebote**

Apropos Hybridkurse. Am letzten Montag sind wir damit gestartet und wir sind im Großen und Ganzen sehr zufrieden. Natürlich gibt es hier und da noch Anfängerproblemchen, aber wir arbeiten dran. Wir haben viele positive Rückmeldungen von Euch bekommen. Vielen Dank für Eure lieben Worte 😊.

Auch in den Zelten wird es übrigens kleinere Veränderungen/Aufstockungen bezüglich der Teilnehmerkapazitäten geben.

### **Anmeldestart Kurse/Geräte geändert**

Wie schon im letzten Infobrief angekündigt, verschieben wir den Anmeldestart am Freitag von 12 Uhr auf nunmehr **16 Uhr!** Ab diesem Zeitpunkt sind unsere Kurse und Geräte-Slots für die Folgewoche buchbar.

Ausnahme Reha-KURSE: Hier ist die Anmeldung nach wie vor ab 9 Uhr möglich!

### **Aufhebung der Buchungsbegrenzungen**

Endlich ist es soweit! Wir heben die wöchentlichen Buchungsbegrenzungen im Kurs- und auch im Gerätebereich auf.

Lass' uns alle gemeinsam an einem Strang ziehen! Storniere zügig Deine Teilnahme, wenn Du weißt, dass Du nicht kommen kannst. Rutscht Du über die Warteliste nach, dann bestätige möglichst schnell Deinen Platz, bzw. storniere auch hier, wenn Du nicht teilnehmen kannst. Wir können alle davon profitieren!

### **Stufenplan**

Wir befinden uns eindeutig auf dem Weg nach oben, was Lockerungen u. ä. angeht. Weitere Stufen sind vorgesehen. So hoffen wir, bald die Umkleiden wieder öffnen zu können. Bezüglich der Duschen wird es noch etwas länger dauern.

Das wäre es mit den News aus dem Vie Vitale/EMTV. Wir sehen uns vor Ort oder via Zoom.

Viele liebe Grüße  
Dein Vie Vitale-Team

PS: Unseren Kursplan für die nächste Woche senden wir anbei