

ReStart Rehasport

Liebe RehasportlerInnen!

Wir freuen uns, nun neben dem regulären Trainingsbetrieb auch wieder den Rehasport aufzunehmen.

Anbei alle wichtigen Punkte in der Übersicht:

- Alle Rehakurse beginnen wieder ab dem **07.07.2020**
- **Aktuelle „Corona“-Kurszeiten:**

Dienstag	20.00 – 20.45 Uhr
Mittwoch	09.00-10.45 Uhr (statt 9.45 -10.30 Uhr) – Studioöffnung ab 08.45 Uhr!
Donnerstag	10.00 – 10.45 Uhr 17.00 – 17.45 Uhr (statt 16.45 -17.30 Uhr)
Freitag	09.00 – 09.45 Uhr (statt 9.15 – 10.00 Uhr) – Studioöffnung ab 08.45 Uhr! 17.00 – 17.45 Uhr (statt 16.30 -17.15 Uhr)

- Aus organisatorischen Gründen und unter Berücksichtigung der derzeit **max. erlaubten Teilnehmerzahl von 11 Personen** ist vorübergehend die **Teilnahme an euren Rehakursen nur nach vorheriger Anmeldung** möglich. Die Anmeldung kann bequem über die **NoExcuse-App** (hierfür benötigen wir eure Emailadresse) oder auch telefonisch unter 030 – 677 98 10 **7 Tage** im Voraus erfolgen.
- Bitte meldet euch dann auch nur zu „eurem“ Rehakurs an, den ihr zu Beginn eures Rehasports mit uns vereinbart habt. Ein Kurswechsel ist momentan aufgrund der aktuellen Situation und den damit verbundenen Auflagen nur schwer zu realisieren.
- Alle Rehaverordnungen, die während der coronabedingten Schließung ausgelaufen sind, können auf euren Wunsch und nach Absprache mit uns bei eurer Krankenkasse verlängert werden
- Solltet ihr kein Interesse an der Fortführung eures Rehasports haben, gibt uns bitte zeitnah Bescheid
- Bitte beachtet die „**Empfehlungen zur Wiederaufnahme des Rehabilitationssportes**“ vom DBS, die wir euch auf unserer Homepage www.promotion-adlershof.de als PDF zur Verfügung stellen (alternativ könnt ihr diese auch bei uns vor Ort einsehen)
- Und bringt zur ersten Kursteilnahme die **ausgefüllte Einverständniserklärung** mit
- Wir möchten euch noch darauf hinweisen, dass im gesamten Studio die Pflicht zur Bedeckung des Mund- und Nasenbereichs (außer während der Übungsausführung), die allg. Hygieneregeln und der Mindestabstand von 1,5m zu anderen Mitgliedern und Mitarbeitern gilt
- Bitte denkt auch an ein genügend großes Handtuch zur Unterlage

Bei Fragen oder Anliegen stehen wir euch gerne persönlich, telefonisch unter 030 – 677 98 10 oder per Email team@promotion-adlershof.de zu Verfügung

Wir freuen uns, euch bald wieder zum Rehasport begrüßen zu dürfen!

Euer pro motion-Team