

FAQ: Übersicht über die relevantesten Fragen zu Corona, bevor die Massnahmen per 17.02.2022 aufgehoben wurden

2G-Regelung in den Studios

Warum hat ACTIV FITNESS 2G in den Fitnessanlagen eingeführt?

 1 

Die Behörden haben verfügt, dass nur noch Personen mit einem Covid-Zertifikatsstatus «**geimpft**» oder «**genesen**» Zugang zu Fitnessanlagen erhalten. Dies ist kein Entscheid, den ACTIV FITNESS eigenständig gefällt hat. Wir fügen uns den Massnahmen der kantonalen und nationalen Behörden und setzen deren Vorgaben um.

Ab wann gilt 2G?

 1 

Seit **Montag, 20. Dezember 2021** dürfen wir ausschliesslich geimpften und genesenen Mitgliedern Zutritt ins Studio gewähren.

Wo genau gilt die Maskenpflicht?

 1 

Die **Maskenpflicht** gilt durchgehend **im gesamten Studio**, also auch während des Trainings am Gerät oder etwa in Kursen.

Wieso hat ACTIV FITNESS nicht 2G+ eingeführt, sodass ohne Maske trainiert werden könnte?

 1 

Wir möchten so vielen Mitgliedern wie möglich weiterhin ein Training ermöglichen. Deshalb haben wir uns dazu entschlossen, **2G mit Maske** einzuführen. So haben auch diejenigen Personen, die (noch) kein 2G+ erfüllen, die Möglichkeit, bei uns zu trainieren.

Wieso werden die Wellnesszonen vorübergehend geschlossen?



Da wir uns dazu entschlossen haben, 2G (mit Maske) einzuführen, müssen wir leider die Wellnesszonen schliessen, da dort das Tragen einer Maske nicht möglich ist.

Ich verfüge über 2G+. Kann ich die Wellnessbereiche weiter nutzen?



Die ACTIV FITNESS Wellnessbereiche müssen vorübergehend geschlossen bleiben. Damit du trotzdem zu deinem wohlverdienten Wellness-Genuss kommst, haben wir für unseren Studio-Verbund geöffnet. Mitglieder, die **2G+** haben, können somit seit **20.12.2021** im **Fitnesspark wellnesen und trainieren** (exkl. Fitnesspark Heuwaage, Basel sowie 4 Migros Fitnesscenter im Raum Basel).

Welche Regeln gelten im Fitnesspark?



Im **Fitnesspark** gilt **2G (mit Maske)** auf der **Trainingsfläche** und in **Kursen**. Im **Wellnessbereich** gilt **2G+**. Das heisst, wenn du (bereits) über 2G+ verfügst, dann kannst du dich am Empfang des Fitnessparks deiner Wahl (exkl. Fitnesspark Heuwaage, Basel sowie 4 Migros Fitnesscenter im Raum Basel) melden. Die Mitarbeitenden des Fitnessparks gewähren dir Zutritt zum Wellnessbereich, indem sie dir eine entsprechende Zutrittsberechtigung geben.

Ich kann aufgrund der Zertifikatspflicht nicht ins Studio kommen. Welche Möglichkeiten habe ich?



Falls du kein entsprechendes Zertifikat vorweisen möchtest oder kannst, hast du weiterhin die Möglichkeit, einen kostenpflichtigen **Timestop** zu beantragen. Damit wird dein Abo pausiert. Der Timestop aufgrund der Zertifikatspflicht zum **Betrag von CHF 50.-** gilt solange die Massnahme andauert, **längstens aber bis 31. März 2022**. Falls die Verordnung zur Zertifikatspflicht aufgehoben wird oder die pandemische Situation es zulässt, wird die Ruhezeit automatisch beendet. Den Timestop kannst du auf unserer Website im **Memberbereich** beantragen. Ausserdem hast du weiterhin die Möglichkeit, kostenlos mit unserer Online-Trainingsplattform activfitness@home zu trainieren.

Ich habe bereits einen kostenpflichtigen Timestop eingereicht. Muss ich diesen erneuern?



Nein, dieser verlängert sich automatisch gratis bis zum Ende der aktuellen Massnahmen, längstens **bis 31. März 2022**. Du musst nichts weiter unternehmen. Falls die Verordnung zur Zertifikatspflicht aufgehoben wird oder die pandemische Situation es zulässt, wird die Ruhezeit automatisch beendet.

Ich kann mich aus gesundheitlichen Gründen nicht impfen lassen / keine Maske tragen und habe ein ärztliches Attest. Kann ich im Studio trainieren?



Nein, wir können nur Mitgliedern Zutritt gewähren, welche über **2G** verfügen. Du hast die Möglichkeit, einen **kostenlosen Timestop bis 31. März 2022** gegen Vorlage des ärztlichen Attests zu beantragen.

Covid-Zertifikat

Ich habe einen kostenpflichtigen Timestop aufgrund der Zertifikatspflicht beantragt, trotzdem erhalte ich noch Rechnungen für die Zahlung meiner Monatsbeiträge. Muss ich bezahlen? 1

Aus buchhalterischen Gründen schicken wir dir weiterhin aktuell deine Monatsrechnung. Da der Rechnungsprozess ordentlich weiterläuft, bitten wir dich, deine Monatsbeiträge weiterhin zu bezahlen, so wie du es auch während Ferien, Krankheit/Unfall und beruflicher Absenz tun musst. Du erhältst gemäss Timestop eine Zeitgutschrift bis maximal 31.03.2022. Diese wird an deine aktuelle Abodauer angehängt. Dies passiert automatisch und du musst dazu nichts weiter unternehmen.

Ich habe kein Covid-Zertifikat. Darf ich mit Maske und/oder einem negativen Selbsttest trotzdem trainieren? 1

Nein. Wir halten uns konsequent an die Regelungen, welche der Bundesrat beschlossen hat. Entsprechend können wir ausnahmslos nur Mitgliedern Zutritt gewähren, welche ein gültiges Covid-Zertifikat vorweisen können, das die Voraussetzungen 2G (geimpft / genesen) erfüllt.

Ich habe ein Covid-Zertifikat. Muss ich mein Covid-Zertifikat bei jedem Studiobesuch aufs Neue vorweisen? 1

Nein, das ist nicht nötig. Du kannst dein Covid-Zertifikat einmal bei uns registrieren lassen. Nach erfolgter Registrierung ist bis zum Ablauf des Zertifikats keine weitere Überprüfung mehr nötig. Aufgrund des bestehenden Schutzkonzepts musst du jedoch auch bei jedem zukünftigen Training in der Lage sein, dein Covid-Zertifikat bei einer allfälligen Kontrolle durch die Behörden vorweisen zu können.

Wie kann ich mein Covid-Zertifikat registrieren lassen? 1

Im **Memberbereich** kannst du dein Zertifikat bequem per Kontaktformular als PDF, Screenshot oder als Bilddatei hochladen. Bitte achte darauf, dass sowohl der **QR-Code** als auch die **Gültigkeit** auf dem Dokument sichtbar sind. Alternativ kannst du dein Zertifikat auch ausgedruckt oder in digitaler Form am Empfang im Studio vorweisen.

Kann ich mein Abo während der Dauer der Covid-Zertifikatspflicht pausieren? 1

Ja, du hast die Möglichkeit, im **Memberbereich** einen kostenpflichtigen Timestop für eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.00 zu kaufen.

Wieso ist der Timestop aufgrund des Covid-Zertifikats im Gegensatz zur Lockdown-Garantie kostenpflichtig? 1

Im Gegensatz zu den beiden vergangenen Lockdowns bleiben unsere Studios geöffnet (exkl. Wellnessbereich). Geändert hat sich aber die Zutrittsbeschränkung mit Zertifikat (2G). Diese haben wir aufgrund der Corona-Verordnung gegenüber unseren Mitgliedern durchzusetzen. Es obliegt der persönlichen Entscheidung jedes Mitglieds, aufgrund der Zertifikatspflicht auf den Besuch eines ACTIV FITNESS Studios vorübergehend zu verzichten. Unsere AGB sehen dazu einen Timestop vor, wie er beispielsweise bei längeren Ferienabwesenheiten in Anspruch genommen werden kann. Für die anfallenden Zusatzaufwendungen erheben wir eine Gebühr. Dieses Vorgehen entspricht dem Standard in der Branche.

Ich kann mich aus gesundheitlichen Gründen nicht impfen lassen. Muss ich die CHF 50.00 für den Timestop trotzdem bezahlen? 1 

Nein. Personen, die über ein ärztliches Attest verfügen, das ihnen bescheinigt, dass sie sich nicht impfen lassen können, gewähren wir einen kostenlosen Timestop.

Training mit Maske

Ich möchte mit Maske trainieren, habe sie aber zuhause vergessen. Kann ich vor Ort eine kaufen? 1 

Wenn du deine Maske zuhause vergessen hast, kannst für CHF 1.00 eine Maske bei uns am Empfang beziehen.

Was muss ich beachten, wenn ich mit Maske trainieren will? 1 

Beim Training mit Maske sind zwei Komponenten zu berücksichtigen. Einmal die physische und auf der anderen Seite die mentale/psychische Komponente: Physisch simuliert die Maske einen höheren Widerstand beim Einatmen, der die Atemmuskulatur zusätzlich belastet. Konkret müssen wir also nur schon zum Atmen mehr Energie aufwenden, ausserdem kann es zu einem leichten Sauerstoffabfall kommen. Daneben sind wir mit der Maske vor Mund und Nase auch mental/psychisch gefordert, weil das Ganze nach wie vor ungewohnt ist und wir uns unbewusst oder bewusst dagegen sträuben. Diese beiden Faktoren fordern unseren Körper und setzen ihn unter Stress. Deshalb gilt: Langsam atmen und ruhig bleiben. Das Training mit Maske will geübt sein. Trainierst du zusätzlich zum «Maskenstress» auf deinem gewohnten Intensitäts-Level, so überforderst du deinen Körper. Wichtig ist, dass du die Intensität senkst, und zwar um rund 25 bis 30 Prozent. Eine weitere Möglichkeit ist, in Intervallen zu trainieren und genügend weniger intensive Blöcke einzuplanen. Nur so kannst du sicherstellen, dass du deinen Körper nicht überforderst. Mit dem regelmässigen Training mit Maske gewöhnt sich dein Körper daran und du kannst die Leistung langsam wieder steigern. Aber Achtung – dieser Prozess kann 8 bis 12 Wochen dauern.

Fazit: Bei einem an die eigenen Fähigkeiten und an die Situation angepassten Training stellt die Maske kein Gesundheitsrisiko dar!

Ich darf keine Maske tragen: Was kann ich tun? Kann ich trotzdem trainieren? 1 

Mitglieder mit einem ärztlich bestätigten Maskendispens erhalten gegen Vorweisen des Arztattestes einen Gratis-Timestop. Im Gegensatz zu ÖV oder Detailhandel werden bei uns sportliche Aktivitäten ausgeübt (atmungsintensiv). Daher gilt es, für Personen ohne Maske eine Mindestfläche von 25qm zu gewährleisten sowie spezielle Spuckschutzvorrichtungen anzubringen. Dies können wir als Studiobetreiber nicht permanent sicherstellen. Daher gilt: Kein Einlass ohne Maske.

