

## Hallo liebe Ladies!

Ihr könnt euch gar nicht vorstellen, wie sehr ich mich darauf freue, bald wieder unsere Studiotür für euch öffnen zu können! Wir haben einiges für euch vorbereitet und viele neue Ideen, um euch den Einstieg zurück ins Training so optimal wie nur möglich gestalten zu können. Wartet ab, wir werden stärker als jemals zuvor werden! 😊

Aber alles der Reihen nach. Zuerst muss ich euch einmal über die Auflagen, die wir im Studio in der nächsten Zeit erfüllen müssen, aufklären.

### Corona-Maßnahmen

Um am Training teilnehmen zu können, muss ein entsprechender **Nachweis** mitgebracht werden, der **vor Kursbeginn eurer Trainerin vorzulegen** ist. Das kann ein Antigen-Selbsttest sein (24 Stunden gültig), ein Antigen-Test der bei einer befugten Stelle gemacht wurde (48 Stunden gültig), ein PCR-Test (72 Stunden gültig), ein ärztlicher Nachweis, dass man eine Infektion in den letzten 6 Monaten durchgemacht hat oder ein Impf-Nachweis (hier gelten ganz viele verschiedene Gültigkeitsdauern – informiert euch da bitte jeweils selbst).

Im gesamten Studio muss eine **FFP2-Maske** getragen werden. Ausnahme ist nur direkt während des Trainings – da könnt ihr sie abnehmen.

Zwischen Personen, die nicht im gleichen Haushalt leben, ist ein **Abstand von 2 Metern** einzuhalten. Der Abstand gilt nicht für kurzfristige, sportarttypische Unterschreitungen im Rahmen der Sportausübung, sowie bei erforderlichen Sicherungs- und Hilfeleistungen (gegenseitiges Supporten ist somit okay).

Die **Umkleide kann derzeit nicht benutzt werden** (nur, um dort schnell Gepäck, Kleidung, etc. zu verstauen). Zieht euch deshalb am besten schon vor dem Training eure Pole-Kleidung unter eurer normalen Kleidung an, damit ihr letztere dann im Studio supermanmäßig von euch reißen könnt ;)

Nach Ende des Kurses ist das **Studio bitte schnellstmöglich wieder zu verlassen**, auch wenn wir euch lieb haben und so gern mit euch quatschen – weil nur so kann die nächste Gruppe eintreten.

Bitte **desinfiziert euch eure Hände nach dem Eintreten**. Außerdem gilt natürlich wie gehabt – nach der Nutzung bitte **Pole und Matte reinigen/desinfizieren**.

Soweit die für euch wichtigen Auflagen. Ich denke, das kriegen wir schon hin! Dann kommen wir jetzt zu den Organisatorischen Dingen, die Kurse betreffend.

### Was passiert mit den mehrwöchigen Kursen, die vor dem Lockdown gestartet sind?

Alle mehrwöchigen Kurse, die vor dem Lockdown gestartet sind, werden nicht weitergeführt. Waaaas? SCHOCK! Ich sehe eure entsetzten Gesichter vor mir :D Aber keine Sorge, das bedeutet nichts Negatives für euch. Es wird in der nächsten Zeit generell keine mehrwöchigen Kurse mehr geben, sondern nur mehr Drop-Ins (einzeln buchbare Einheiten). Warum wir das so machen? Das hat viele Gründe:

- Zum einen weiß ich nicht, wie gut die Juni-Kurse besucht sein werden, wer noch kommen möchte und wer nicht. Immerhin ist ein halbes Jahr vergangen – da kann viel passieren! Mit Drop-Ins kann man die Kursauslastung erstmal austesten um zu sehen, wo mehrwöchige Kurse überhaupt noch Sinn machen.
- Zum anderen möchte ich es euch überlassen, wann und ob ihr trainieren kommen möchtet unter den neuen Auflagen (sprich: Wann ihr euch testen lassen wollt und ob überhaupt). Wenn ich die mehrwöchigen Kurse einfach weiterlaufen lassen würde, würdet ihr so einfach Einheiten verlieren, wenn ihr aus welchen Gründen auch immer nicht zu den Trainings kommen möchtet/könnt.
- Bei Drop-Ins seid ihr flexibler, solltet ihr mal positiv getestet oder krank sein und nicht zum Training kommen können.
- Und natürlich schränken die neuen Corona-Auflagen unsere Teilnehmeranzahl ein, sodass einige mehrwöchige Kurse gar nicht mehr in der gebuchten Konstellation möglich wären (weil mehr Teilnehmerinnen angemeldet waren, als jetzt aktuell noch erlaubt sind).

Achtung: Bei den Drop-Ins gibt es keine Möglichkeit, verpasste Einheiten nachzuholen – allerdings gibt es eine gelockerte Stornofrist von 8 Stunden. Ihr könnt also ganz easy 8 Stunden vor Kursbeginn kostenlos über Eversports eure gebuchte Einheit stornieren. Solltet ihr wissen, dass ihr nicht zu einer gebuchten Einheit kommen könnt, storniert bitte so früh wie möglich, damit der freie Platz genutzt werden kann.

Alle, die zu mehrwöchigen Kursen vor dem Lockdown angemeldet waren, habe ich ihre restlichen, offenen Einheiten (und die offenen Nachholeinheiten) als Einzeltickets gutgeschrieben. Ihr findet diese Tickets in eurem Eversports-Konto unter dem Reiter „Karten & Memberships“. Die Tickets tragen den Namen „Open Drop-In“, sind unbegrenzt gültig (laufen also niemals ab) und sind für alle Einheiten, die im Studio angeboten werden (Pole, Aerials, Fitness, Stretching, Streetdance) einlösbar.

### Abgelaufene Blöcke

Wenn jemand von euch einen Block gekauft hat, der während des Lockdowns abgelaufen ist, schreibt mir bitte eine E-Mail an [info@inndance.at](mailto:info@inndance.at) – ich buche euch dann die noch nicht eingelösten Einheiten manuell auf euer Eversports-Konto.

### Weitere Fragen

Solltet ihr irgendwelche Fragen oder Anliegen haben, schreibt mir bitte keine WhatsApp-Nachricht, sondern eine E-Mail an [info@inndance.at](mailto:info@inndance.at). So kann ich eure Nachrichten immer übersichtlich abarbeiten und werde nicht verrückt :D

### Neue Kurse

Vom 25.05. bis 30.05. starten wir mit der „Fundemic Week“ („Schluss mit der Pandemie in unserem Studio – jetzt geht’s wieder los mit der Fundemie!“) in die Polesaison 2021! In dieser Woche erwarten euch viele verschiedene Drop-Ins zum perfekten Einstieg zurück ins Training.

Ab dem 31.05. starten wir dann mit den regulären Kursen als Drop-Ins. Die Kursinhalte werden natürlich angepasst sein, weil wir alle (Schülerinnen sowie Trainerinnen) erst einmal wieder zurück in den Flow kommen müssen. Step by step werden wir zurück zu unserer alten Poleform finden und noch darüber hinauswachsen! Die Level Drop-Ins werden in Zukunft anders (aber sehr, sehr cool) aufgebaut sein – lasst euch überraschen! Ich kann euch aber schon mal verraten, dass ein größerer Fokus darauf gelegt wird, Kraft aufzubauen, Ausdauer für Kombinationen zu entwickeln, Ausführungen sauber zu meistern und beide Seiten gleichmäßig zu fordern. Wir werden viel schon Gelerntes wiederholen und euch nicht sofort ins Kalte Wasser werfen. Macht euch also keine Sorgen, ihr werdet alle gut mitkommen in den Kursen 😊

Die regulären Kurse sind jetzt aktuell auch schon online, aber noch nicht buchbar. Wer schon mal in unseren Kurskalender spickt, wird sehen, dass die Levels jetzt anders heißen. Trotzdem ist für jedes Level, das vor dem Lockdown bestanden hat, zur selben Uhrzeit wie damals, ein Kurs verfügbar. Wenn ihr den Kurs bucht, der am selben Tag zur selben Uhrzeit wie euer alter Kurs ist, dann seid ihr auf jeden Fall im richtigen Level eingebucht 😊

Alle Kurse der Fundemic-Week, sowie die regulären Kurse werden ab Morgen Mittwoch, 19:00 Uhr buchbar sein. Die Schülerinnen-Anzahl ist begrenzt auf 6 Personen – seid also am besten schnell mit dem Buchen.

Ich hoffe, ich sehe gaaaaanz viele von euch wieder in unseren Kursen. Lasst uns 2021 zu einem großartigen Polejahr machen!

Bussis und bis ganz bald!  
Eure Hanna <3