

Jahresbericht Gesundheitsstudio 2020

Das Jahr 2020 war ein unvergessliches Jahr. Nicht nur für den OTB oder dem Sport, sondern für die Menschen auf der ganzen Welt.

Im März mussten wir unser Studio coronabedingt schließen. Aufgrund der Pandemie war das Studio zwei Monate geschlossen.

Als es dann im Mai wieder losging, war der Andrang groß: Unsere Mitglieder wollten endlich wieder Sport machen. Zunächst haben wir mit Kursen im Freien angefangen. Für unsere Studiomitglieder wurden spezielle Kurse in kleinen Gruppen auf der Wiese hinter der OTB-Sporthalle Haarenesch angeboten.

Dank der mywellness App hatten wir die Möglichkeit die Zahl im Studio zu kontrollieren. So wurden Trainingslots mit einer Trainingseinheit von 60min eingestellt. Im Mai konnten max. 6 Personen gleichzeitig im Studio trainieren. Als die Zahl der Infizierten gesunken ist, haben wir die Zahl auf 10 Personen erweitert. Die Mitglieder kamen immer im 10min Takt versetzt. Zu Beginn waren die Umkleidekabinen und Duschen noch geschlossen und wurden erst zu einem späteren Zeitpunkt geöffnet.

Im Cardioreich haben wir jedes zweite Gerät gesperrt, um ausreichend Abstand zu gewährleisten. In dem Raum mit den Kraftgeräten war dies nicht nötig, da die Geräte weit genug von einander stehen. Unsere Mitglieder wurden gebeten die Geräte zu desinfizieren. Zusätzlich haben die Trainer stündlich alle Geräte, aber auch Tür- und Fenstergriffe abgewischt.

Als es im November 2020 zum 2. Lockdown kam, mussten wir das Studio erneut schließen. Allerdings war Individualsport unter den bekannten Hygienemaßnahmen erlaubt. Also haben wir das Anmeldesystem so umgestellt, dass max. 2 Personen gleichzeitig im Studio trainierten. Zwischen den Trainingseinheiten bestand eine 15minütige Pause. Diese diente zum einen der Lüftung und zum anderen, um ausreichend Zeit einzuplanen, damit sich die Trainierenden nicht begegnen. Die Umkleidekabinen und Duschen waren geschlossen, sodass die Mitglieder bereits umgezogen erschienen.

Da lediglich Individualsport erlaubt war und sich max. 2 Personen gleichzeitig im Studio aufhalten durften, konnten wir keine Trainer für die Betreuung zur Verfügung stellen. Unsere Mitglieder haben somit ihr Training alleine absolviert. Das ist der Grund warum wir unsere Reha-Mitglieder leider nicht im Studio trainieren lassen konnten. Denn laut Rehaverordnung, muss eine qualifizierte Fachkraft die Rehabilitanden begleiten.

Unsere Mitglieder konnten die Trainingslots über die App, telefonisch oder vor Ort buchen. Jedes Mitglied hatte die Möglichkeit bis zu 2x/ Woche zu trainieren. Ggf. auch ein drittes Mal, bei kurzfristigen Anmeldungen.

Die Zahl unserer Mitglieder im Studio ist leicht zurückgegangen. Jedoch bleiben uns die eingefleischten OTBer treu.

Das Studioteam wurde um eine neue Trainerin erweitert: Dorit Klattenberg ist eine sehr motivierte und freundliche Reha-Trainerin.

Wir hoffen, dass bald wieder Normalität einkehrt und wir den Sport zu den regulären Konditionen anbieten können.

Das Studioteam bedankt sich ganz herzlich bei seinen Mitgliedern für die gute Zusammenarbeit in der schweren Zeit und für die Verbundenheit zum OTB.

Petina Düman