Dietzenbach, den 27.07.2020 - Update

CURES Wellness IMMUN 2020
„Ich und mein Immunsystem – was gilt es zu beachten!?“

Liebes CURES Wellness-Mitglied!

Wir sind mitten in der Urlaubszeit. Die ersten Urlauber kehren nach Hause zurück. Die wieder steigenden Infektionszahlen und neue Infektionsketten sind bereits in beachtlicher Anzahl auf **Reiserückkehrende** zurückzuführen. Das Risiko, dass Infektionen mit dem Corona-Virus so nach Deutschland eingeschleppt werden, ist laut der deutschen Gesundheitsministerkonferenz sehr hoch. Wir möchten bei CURES Wellness das Risiko einer Infektion weiterhin möglichst auf ein Minimum reduzieren. Sämtliche Maßnahmen seit dem Re-Start und die sich daran anschließenden Lockerungen zielen auf diese Risikoreduzierung ab.

Daher unser eindringlicher Appell an Dich:
Bitte gefährde Niemanden bei CURES Wellness! Weder Deine Mittrainierenden, noch unser Personal! Wenn Du aus dem Urlaub zurückkommst, warte zunächst noch 14 Tage, bis Du wieder zum Sport zu CURES Wellness kommst. Auch im eigenen Interesse.
Für Urlaubsrückkehrer aus Risikogebieten gilt laut hessischem Gesundheitsministerium sogar eine 14-tägige Quarantänepflicht.

Warum – auch im eigenen Interesse
Du weißt, was sportwissenschaftlich ein **„open window“** ist?
Wenn das eigene Immunsystem mit dem Bekämpfen eines Virus beschäftigt ist, schadet das Sport treiben mehr, als es nutzt. Vor allem auf intensive Sportaktivitäten sollte dann 14 Tage lang verzichtet werden. Bitte schwäche nicht Dein Immunsystem, wenn es damit beschäftigt ist, eine Infektion abzuwehren. Nach 14 Tagen kannst Du mit CURES Wellness IMMUN 2020 Dein eigenes Immunsystem wieder stärken.

Wichtig!
Bei CURES Wellness heißt die wichtigste Maßnahme weiterhin: Abstand halten!
Wir setzen auf noch mehr **Eigenverantwortung** jedes Einzelnen. Auf die **gegenseitige Rücksichtnahme** zum Erhalt der Gesundheit aller bei CURES Wellness.
Und – bei zu nahem Kontakt bitten wir, die Gesichtsmaske vor Mund und Nase zu ziehen.

Wir freuen uns, Dich bei CURES Wellness zu Deinem nächsten Training begrüßen zu dürfen.

Für die Geschäftsleitung von CURES Wellness

Alex Hessler
Geschäftsleitung

Thomas Bayer
Diplom-Sportlehrer
Geschäftsleitung und sportliche Leitung