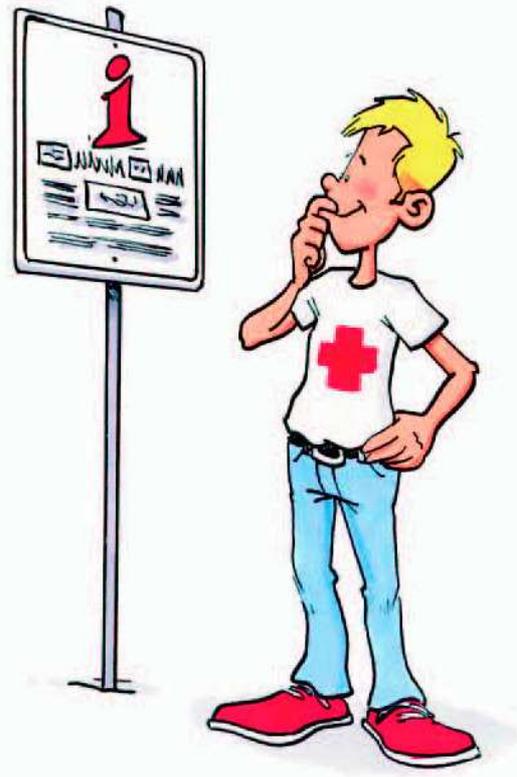
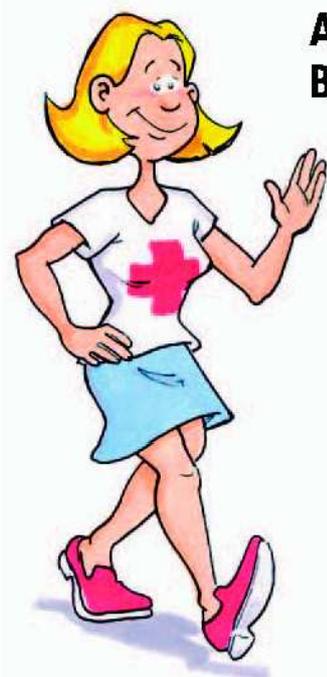


Informationen zu Ihrer Sicherheit

Tragen Sie geeignete Kleidung, insbesondere rutschsicheres, bequemes Schuhwerk.

Achten Sie bei den Übungen auf ausreichenden Platz und geeignete Paarbildung.

Achten Sie auf Schmuck, Brillen, Uhren usw.



Achten Sie besonders auf rückschonende Durchführung der Maßnahmen.

Beachten Sie bei ausgelegten Übungsunterlagen und -geräten die erhöhte Stolpergefahr.

Wenden Sie sich vertrauensvoll an die Lehrkraft, wenn Sie nicht sicher sind, ob Sie die geplante Maßnahme – insbesondere aus gesundheitlichen Gründen – durchführen können.