

Merkzettel für Teilnehmer

Um den Sportbetrieb unter Corona-Bedingungen wieder aufnehmen zu können bitten wir Sie, sich an die nachstehenden Ausführungen zu halten.

Der Vorstand

Wenn möglich bitte vorher bei den Übungsleitern anmelden! (z.B. über WhatsApp)

Eingangsbereich

- Eingangsbereich nur einzeln betreten
- Mund-Nasen-Schutz Pflicht
- Beim Eintreten Hände desinfizieren
- In Teilnehmerliste eintragen
- Bei Erstteilnahme eines Kurses Corona-Erklärung ausfüllen

Duschen und Umkleiden

- Bleiben geschlossen
- Bitte bereits in Trainingskleidung einzeln anreisen und vor Ort nur Schuhe wechseln
- Eigene Handtücher und Getränke (möglichst mit Namen) mitbringen und untereinander nicht tauschen

Sporthalle

- Keine Maskenpflicht während des Kurses (für Notfälle in Reichweite halten)
 - **!! Anlegen des Mund-Nasen-Schutzes unmittelbar vor und nach dem Kurs !!**
- Mindestabstand (1,5m) wahren
- Körperkontakt vermeiden
- Max. 30 Teilnehmer
- Keine Teilnahme mit Erkältungssymptomen
- Teilnahme nur wenn eine Kontaktfreiheit von mindestens zwei Wochen zu infizierten Personen besteht
- Die Nutzung von Geräten ist nur eingeschränkt möglich, daher sollte so viel wie möglich selbst mitgebracht werden
 - Sportmatten müssen selbst mitgebracht werden
- Bitte nicht ohne sportliche Nutzung auf die Bänke setzen, denn alle genutzten Sportgeräte müssen von den Übungsleitern desinfiziert werden
- Das Verlassen der Halle während des Kurses erfolgt unter Einhaltung der Abstandsregeln und durch Abmeldung beim Übungsleiter (z.B. Aufsuchen der Toilette)

Toiletten

- Nur einzeln betreten
- Hände gründlich (30 Sekunden) mit Flüssigseife waschen und gründlich mit Papierhandtüchern abtrocknen

Ausgangssituation

- Halle wird durch die Tür beim Geräteraum verlassen
- Geräteraum darf nur einzeln und nur zum Verlassen der Halle betreten werden
- Mund-Nasen-Schutz Pflicht
- Halle zügig verlassen
- Mindestabstand (1,5m) beachten
- Bei Verlassen Hände desinfizieren