

## CORONA-REGELN FÜR DEN KURSBETRIEB

### ALLGEMEIN

- Kursteilnahme nur nach Voranmeldung
- Im Gebäude (Flur, Umkleiden, Toiletten) ist bis zum Sportbeginn eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen
- Die Sportstätte darf nicht ohne Trainer betreten werden. Trainingszeiten sind einzuhalten, damit die Trainingsgruppen die Sportstätte kontaktfrei betreten und verlassen können. Zuschauer sind nicht gestattet
- Ein Mindestabstand von 1,5m ist durchgängig einzuhalten
- Alle Teilnehmer müssen erfasst werden, bitte unbedingt in die Teilnehmerliste eintragen
- Umkleieräume sowie Duschen sind mit 1,5m Abstand nutzbar, wenn möglich schon in Sportkleidung zum Kurs kommen!
- Die Toiletten dürfen nur von einer Person betreten werden
- Hygieneregeln beachten (Hände richtig waschen und desinfizieren, Hust- und Niesetikette beachten)
- Direkter Kontakt zu anderen Personen ist nicht erlaubt
- Wertgegenstände und Schuhe dürfen nur an den vorgesehenen Flächen abgelegt werden
- Beim ersten Besuch ist die Einhaltung der Corona-Regeln schriftlich zu bestätigen

### REGELN WÄHREND DES KURSES

- Beim Betreten und Verlassen Hände desinfizieren
- Großes Handtuch beim Training unterlegen
- Matten so platzieren, dass der Abstand zum nächsten Teilnehmer eingehalten wird (X Markierungen beachten)
- Laufwege im Gebäude beachten, diese sind entsprechend gekennzeichnet
- Wenn vorhanden bitte eigene Matte mitbringen
- Jedes Gerät nach der Benutzung reinigen bzw. desinfizieren

Gemäß den geltenden Richtlinien des Infektionsschutzgesetzes dürfen folgende Personen **nicht** am Training teilnehmen:

- Personen die in Kontakt zu einer infizierten Person stehen oder standen, wenn seit diesem Kontakt noch nicht 14 Tage vergangen sind und/oder sie verdächtige Symptome aufweisen
- Teilnehmer mit Krankheitssymptomen (u.a. Fieber, Atemwegsbeschwerden, Durchfall, Geschmacksverlust etc.).