



Hygiene Richtlinien

Allgemeine Hygienemaßnahmen:

1. Der Mindestabstand von 1,5 Metern muss ständig eingehalten werden. Unsere Übungsleiter*innen (ÜL) werden dies beaufsichtigen und einfordern.
2. Alle Teilnehmer pro Trainingsgruppe werden mit Kontaktdaten geführt und können ggf. in der Infektionskette zurückverfolgt werden.
3. Die Trainingsgruppenbesetzung bleibt so weit wie möglich konstant.
4. Ein Verweilen in der Turnhalle ist vor Trainingsbeginn und nach Trainingsende allen Beteiligten ausdrücklich untersagt.
5. Ein Nichteinhalten der genannten Regeln führt zum Trainingsausschluss.

Gesundheitszustand der Teilnehmer*innen

1. Liegt eines der folgenden Symptome vor, darf die Person nicht zum Training erscheinen und muss einen Arzt aufsuchen: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome.
2. Das gleiche Vorgehen gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
3. Bei einem positiven Test auf das Corona-Virus (SARS-CoV-2) im eigenen Haushalt, muss die betreffende Person 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.

Ankunft zum Training:

1. Die Wege zum und vom Training müssen kurzgehalten werden:
 - 1.1. Alle Teilnehmer (TN) treffen sich immer direkt am Trainingsort unter Einhaltung der Abstände.
 - 1.2. Umkleiden sind nur mit Masken zu betreten und ein Abstand von 1,5m ist unbedingt einzuhalten.
 - 1.3. Duschen sind gesperrt!
 - 1.4. Fahrgemeinschaften sind im vorgegebenen Rahmen gestattet.
2. Einlass nur zur vollen Stunde. Vor der Turnhalle Abstand und Maskenpflicht einhalten.
3. Anwesenheitskontrolle werden von ÜL (Teilnehmerlisten) durchgeführt.
4. Ab dem Betreten der Turnhalle sorgt der ÜL für die Einhaltung der Hygienemaßnahmen.
5. Handdesinfektion bei Eintritt. Betreten der Turnhalle mit Masken – werden zum Training abgesetzt.
6. Zuschauern sowie fremden Personen ist das Betreten der Turnhalle untersagt.

Die Trainingseinheit:

1. Eine Trainingseinheit dauert 45 Minuten. Im Anschluss wird für 15 Minuten gelüftet.
2. 2m Abstand zum Neben-, Vorder- und Hintermann/frau.
3. Geräte müssen von TN und ÜL desinfiziert werden.
4. Die TN haben ihre eigenen Matten dabei.
5. Die TN werden von den ÜL vor jedem Training neu für die Verhaltensregeln sensibilisiert.
6. Bei den ersten Trainingseinheiten ist auf eine angemessene Belastungssteuerung zu achten, geringe Intensitäten werden empfohlen.
7. Die Teilnehmerzahl pro Trainingsgruppe darf in keinem Training die Anzahl von 17 TN plus ÜL übersteigen (20qm /TN). Vollständig geimpfte und genesene TN werden nicht gezählt.
8. Es ist kein Körperkontakt erlaubt!
9. Der Mindestabstand von 2m muss während des Trainings immer eingehalten werden.

Nach dem Training:

1. Nach 45 Min. die Halle zügig mit Maske und Abstand von 1,5m verlassen.
2. Umkleiden sind nur mit Masken zu betreten und ein Abstand von 1,5m ist unbedingt einzuhalten.
3. Sofort den Heimweg antreten.

Bestätigung über Erhalt der Hygienerichtlinien für die Abteilung Freizeitsport

Bitte unterschrieben umgehend bei Übungsleiter*in abgeben

Sparten:

Aerobic/BBP	<input type="checkbox"/>	AquaFit	<input type="checkbox"/>
Bewusstheit durch Bewegung	<input type="checkbox"/>	Karate	<input type="checkbox"/>
Kinderturnen	<input type="checkbox"/>	Knabenturnen	<input type="checkbox"/>
Mutter-Kind-Turnen	<input type="checkbox"/>	NordicWalking	<input type="checkbox"/>
Rückengymnastik	<input type="checkbox"/>	Seniorengymnastik	<input type="checkbox"/>
Teenieturnen	<input type="checkbox"/>	Volleyball	<input type="checkbox"/>
Walking	<input type="checkbox"/>	Walking	<input type="checkbox"/>

* Bitte Sparte ankreuzen:

Kursangebote:

Bodyworkout	<input type="checkbox"/>	Zumba	<input type="checkbox"/>
-------------	--------------------------	-------	--------------------------

* Bitte Angebot ankreuzen:

Ich bin vollständig

Geimpft Dokument muss vorgewiesen werden	<input type="checkbox"/>	Vollständig geimpfte Personen (geimpft mit einem von der EU zugelassenen Impfstoff) müssen über einen Impfnachweis in deutscher, englischer, französischer oder spanischer Sprache oder einem elektronischen Dokument verfügen, indem seit der abschließenden Impfung mindestens 14 Tage vergangen sind.
Genesen Dokument muss vorgewiesen werden	<input type="checkbox"/>	Eine genesene Person muss über einen Nachweis in deutscher, englischer, französischer oder spanischer Sprache oder einem elektronischen Dokument verfügen, in dem bestätigt wird, dass eine zugrundeliegende Testung mittels PCR-Verfahren erfolgt ist und mindestens 28 Tage, höchstens aber sechs Monate zurückliegt.

Ort, Datum

Name Teilnehmer*in in Druckbuchstaben

Unterschrift Teilnehmer*in bei Minderjährigen Erziehungsberechtigte