

Hygienekonzept - Verhaltensregeln während der Coronakrise

Die wirksamste aller Schutzvorkehrungen sind die **Einhaltung des empfohlenen Sicherheitsabstandes von mind. 1,5 Metern und die Beachtung der Empfehlung zur Hygiene.**

Der **Mindestabstand von 1,5 Metern** zu anderen Personen muss, wo immer möglich, eingehalten werden – nicht nur im Kursraum, sondern auch beim Betreten und Verlassen der Sporthalle.

Unmittelbare Händedesinfektion / Händewaschen nach Eintreten in die Räumlichkeiten – Desinfektionsmittel, Seife und Papiertücher stehen bereit

Beim Betreten und Verlassen der Halle bitte eine Maske tragen. Ohne Maske ist kein Betreten der Halle und der Umkleide, sowie der Toilette möglich. Bitte geht zügig zu einem Platz und setzt euch hin.

Lasst bitte eure **persönlichen Gegenstände im Vorraum / Umkleide** liegen, damit der Kursraum nicht gleichzeitig ein Taschen- und Jackenlager ist. Noch besser ist es eure persönlichen Sachen im Auto zu lassen.

Bitte geht zu Hause nochmal zur Toilette. Die Toilettenbenutzung ist im Notfall möglich. **Nach der Benutzung ist die Toilette mit dem bereitgestellten Desinfektionsmittel einzusprühen.**

Das Tragen einer Mund-Nasenbedeckung ist – bei Einhaltung der Mindestabstände – nach derzeitiger Rechtslage während des Kurses nicht verpflichtend. Die Maske ist jedoch grundsätzlich und **auch in Einhaltung der Mindestabstände** jeder Person / in der Halle bis zum Erreichen des eigenen Platzes zu tragen.

Bitte kommt nach Möglichkeit schon umgezogen. Jacken können abgelegt bzw. aufgehängt werden, die Straßenschuhe sind (v.a. bei schlechtem, nassen Wetter) im Vorraum / Umkleide zu wechseln und abzustellen.

Körperkontakt ist zu vermeiden. Dies gilt insbesondere für Begrüßungsrituale wie Handschlag, Umarmung und Wagenkuss.

Persönliche Gespräche bitte vor oder nach der **Stunde an der frischen Luft** führen.

Von besonderer Bedeutung ist die **Einhaltung der Hustn- und Niesetikette** (Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch), auch dann wenn eine **Mund-Nasenbedeckung** getragen wird. Bei Husten oder Niesen bitte von anderen Personen **abwenden**.

Sollte ein Kursteilnehmer irgendwelche **Anzeichen einer Infektion** (Husten, Schnupfen, Kopf- und Gliederschmerzen, Fieber) aufweisen, hat er vom Kurs **fern zu bleiben** und sich nach Möglichkeit **vorab beim Übungsleiter** zu entschuldigen.

Trainingsgeräte, die nicht Privateigentum sind, sind vor und nach Gebrauch **zu desinfizieren**.

Jeder Kursteilnehmer ist verpflichtet sich mit Name, Vorname, Adresse und Telefonnummer in die ausgelegten **Anwesenheitslisten einzutragen**. Diese Liste wird 4 Wochen aufbewahrt und im Anschluss vernichtet und dient der Nachverfolgbarkeit von Infektionsketten.

Nach Kursende ist die Halle auf **kürzestem Weg** zu verlassen.