

Allgemeine Sicherheits- und Hygieneregeln

Bereich Leichtathletik – Mittwoch, 15 Uhr 30 – 17 Uhr 30

- Teilnahme nur nach Anmeldung bei Übungsleiter per Mail oder Whatsapp bis Mittwoch 12 Uhr 00 möglich
- Maximal 10 Teilnehmer pro Einheit möglich
- Am Halleneingang Hände desinfizieren und die Anwesenheitsliste ausfüllen
- Mindestabstand (1,50 Meter) einhalten, die Sportausübung erfolgt grundsätzlich kontaktlos
- Sportgeräte werden nicht benutzt. Material muss von den jeweiligen Teilnehmern selbst mitgebracht werden.
- In Abhängigkeit von Raum-/Hallengröße und Nutzung ist auf einen ausreichenden Luftwechsel zu achten
- Umkleiden und Duschen bleiben geschlossen
- Vor und nach dem Training sowie bei der Nutzung sanitärer Anlagen oder beim Auf-/Abbau von Geräten ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen
- Gruppenbezogene Trainingseinheiten dürfen höchstens 60 Minuten dauern
- Hände sind vor und nach dem Training zu waschen und zu desinfizieren

Ich halte mich vom Training fern, falls:

- ich – meiner Kenntnis nach - Kontakt zu Personen COVID-19 in den letzten 14 Tagen hatte
- ich Symptome von COVID 19 (in den vergangenen 14 Tagen) zeig(t)e (z. B. Fieber, Husten, etc.)