

Todtglüsinger SV

## Indoor Kurse Fitnesshalle

Corona Maßnahmenplan und Hygienekonzept:



### Allgemeine Maßnahmen:

- Bei Krankheitssymptomen wie **Fieber und Husten muss zu Hause geblieben werden**. Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Zeugnis am Training teilnehmen.
- Der **Mindestabstand von 2,00 Meter** muss zu jeder Zeit zu allen anderen Personen eingehalten werden. Dies gilt auch für unseren Parkplatz.
- Alle Personen müssen sich sofort **nach Betreten der Fitnesshalle/ direkt beim Betreten der Kursräume die Hände waschen oder desinfizieren**. Auf nicht kontaktfreie Begrüßungsrituale (Händeschütteln etc.) ist zu verzichten.
- **Die Umkleiden, Duschen, Saunen und Solarien bleiben geschlossen.**

### Organisatorische Maßnahmen:

- Das Betreten und Verlassen der Fitnesshalle/Kursräume muss auf direktem Weg erfolgen. **Bitte kommt erst kurz vor Beginn und bereits umgezogen zum Training. Wechselt nur Eure Schuhe vor Ort**. Direkt nach dem Training sind die Fitnesshalle und der Parkplatz wieder zu verlassen.
- Bringt **keine Wertsachen** mit zum Training, es werden keine Schränke zur Verfügung gestellt.
- Bringt ein **großes Handtuch, ggf. eine eigene Matte** und **stets einen eigenen Stift** mit zum Training.
- Bringt **Euer eigenes Getränk** mit. Wir dürfen im Moment noch keine Getränke und Speisen verkaufen. Der Verzehr von Speisen während des Trainings ist verboten.
- Jeder Trainierende bekommt am Eingang eine Desinfektionsflasche gereicht. **Alle Kontaktflächen an Sportgeräten/Stühlen o.ä. sind vom Trainierenden zu desinfizieren**. Die Trainer sind dazu angehalten Euch darauf hinzuweisen.
- **Körperkontakte müssen unterbleiben**. Keine Partnerübungen, Hilfestellungen, Umarmungen o.ä.
- **Coronabeauftragte der Abteilung sind: Ramona v.d. Heide, Britt Eilrich, Tatjana Oshana-John, sowie die jeweiligen Übungsleiter.**
- **Zur Einhaltung aller Maßnahmen ist den Anweisungen der Bistrodamen und Trainer Folge zu leisten.**