



## Verhaltens- und Hygieneregeln

---

Vorname und Name / Sportangebot

Ich bin über die nachfolgenden Regeln zur Erfüllung der Verordnung zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 informiert.

1. Vor Trainingsbeginn wird bei allen am Training Teilnehmenden der aktuelle Gesundheitszustand vom Übungsleiter erfragt. Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt kontaktieren: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome. Der/die Teilnehmer/in hatte für mindestens zwei Wochen keinen Kontakt zu einer infizierten Person.
2. Sofern ein/e Teilnehmer/in aufgrund von Vorerkrankungen ein höheres Risiko für einen schweren COVID-19 Krankheitsverlauf hat, nehmen diese am Training nicht teil.
- 3. Getränkeflaschen und ggf. Gymnastikmatten sind von zu Hause mitzubringen.**
4. Ankunft Halle: Die Teilnehmer warten zusammen mit den anderen Teilnehmern vor der Halle. Jeder hält mindestens 1,5 Meter Abstand zur jeweils anderen Person. Der Einlass erfolgt durch den Übungsleiter.
5. Die Teilnehmer haben keinen Zutritt zu den Umkleidekabinen und Duschen.
6. Zwischen den Sporteinheiten muss eine Pause von mindestens 10 Minuten eingehalten werden, um Hygienemaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Aus diesem Grunde wird das Training 10 Minuten früher beendet.
7. Sämtliche Teilnehmer haben während des Trainings folgende Regeln zu beachten:
  - a. Der Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen zu allen anderen Personen wird beachtet.
  - b. Das Training erfolgt kontaktlos. Die Übungsleiter leisten keine Hilfestellung.
  - c. Nach Beendigung des Trainings wird die Halle zügig verlassen.
  - d. Nach Benutzung der Toilette sind die Hände zu waschen und abzutrocknen.
8. Gäste und Zuschauer ist der Zutritt zur Halle nicht gestattet.
9. Die Übungsleiter führen Anwesenheitslisten, so dass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
10. Verunfallte/Verletzte sollen einen Mund-Nasen-Schutz tragen.

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift