



- Ich nehme nicht am Training teil, wenn ich mich krank (Erkältungssymptome, Fieber, etc.) fühle oder wenn ich in den letzten 14 Tagen Kontakt zu einer Corona-infizierten Person hatte.
- Zu jedem Trainingsangebot inkl. Kurse melde ich mich vorher telefonisch an, sonst ist kein Training/Kurs möglich. Sollte ich 3x unentschuldigt bei einem vereinbarten Termin fehlen, dann ist vorübergehend keine Anmeldung mehr möglich.
- Ich halte mich an die ausgehängten und/oder vom Trainer erläuterten Hygieneregeln.
- Ich halte vor, während und nach der Trainingseinheit immer einen Abstand von min. 1,50 m zu anderen Personen. In den Kursen bleibe ich innerhalb meiner Begrenzung (innerhalb der Mattenbreite).
- Ich nehme keinerlei Körperkontakt mit anderen Personen auf, weder während des Trainings, noch zur Begrüßung oder Verabschiedung.
- Ich trage auf dem gesamten Gelände und im gesamten Gebäude einen Mund-Nase-Schutz. An den Trainingsstationen (Geräten) und im Kursraum kann ich auf das Tragen verzichten. Beim Wechseln der Trainingsstation oder beim Betreten des Kursraumlagers setze ich meinen Mund-Nase-Schutz wieder auf!
- Ich wechsele während des Trainings nicht in andere Trainingsbereiche. (Kursräume, Geräteraum, etc.)
- Ich bringe ein Handtuch als Trainingsunterlage für die Geräte oder Matte mit, was min. 70x140 cm groß ist!
- Ich betrete das Gelände erst kurz vor Beginn meiner Trainingseinheit und verlasse es direkt danach wieder zügig auf den vorgeschriebenen Wegen.
  - Einlass für die Trainingsfläche erfolgt über den Haupteingang.
  - Einlass für die Kurse erfolgt über den Eingang am Seminarraum hinter dem Gebäude.
- Ich achte beim Toilettengang darauf, dass der Sicherheitsabstand zu anderen Personen immer eingehalten wird. Es darf sich nur 1 Person in den WC-Räumlichkeiten aufhalten. Ich vergesse das gründliche Hände waschen nicht.
- Die Nutzung der Umkleiden und Duschen unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,50 m ist möglich. Deshalb können die Umkleiden und Duschen nur von einer begrenzten Personenanzahl gleichzeitig genutzt werden. Der Aufenthalt ist zeitlich auf das unbedingt erforderliche Maß zu beschränken. Ich desinfiziere meinen Spind nach Gebrauch. Die Schuhwechselzone bleibt weiterhin bestehen.
- Ich benutze beim Betreten des SportParks die vorhandenen Händedesinfektions-Stationen.
- Ich desinfiziere alle Trainingsgeräte nach jedem Gebrauch gründlich. (Griffe, Sitzfläche, Display, Matte, etc.)
- Ich bin damit einverstanden, dass meine Teilnahme am Trainingsangebot dokumentiert und die Dokumentation vom Verein aufbewahrt wird (bis 4 Wochen nach Teilnahme), um ggf. an das Gesundheitsamt auf Nachfrage weitergeleitet zu werden.
- Ich leiste den Anweisungen des Personals Folge. Bei Zuwiderhandlung oder Nichtbeachtung der genannten Regeln behält sich der SportPark vor ein Haus- und Trainingsverbot auszusprechen.