

Abstands- und Hygieneregeln

Allgemein

- **Mindestabstand von 1,5 m zu andern Mitgliedern, Gästen und Mitarbeitern einhalten!**
- **Bei Atemwegsinfektionen ist der Zutritt verboten!**
- **Körperkontakt vermeiden!**
- **Mehrfaches Stoßlüften sowie längere Laufzeiten der Be- und Endlüftungsanlage!**

Beim Betreten und Verlassen des Gebäudes

- **Hände desinfizieren!**
- **Beim erstmaligen Betreten ist die Liste zur Kenntnisnahme der Hausordnung sowie der Abstands- und Hygieneregeln auszufüllen und zu unterschreiben!**
- **Beim Betreten und Verlassen in die Anwesenheitsliste eintragen! Damit muss die Anzahl der Mitglieder zu jeder Zeit nachwiesen werden.**

Umkleiden und Sanitärbereiche

- **JEDER benutzt die Umkleiden!**
- **Pro Umkleide maximal 4 Personen gleichzeitig!**
- **Pro Dusche und WC immer nur 1 Person!**

Beim Trainieren

- **IMMER ein großes Handtuch unterlegen (optimal 70x140)!**
- **Gerätemindestabstand 1,5 m, ansonsten nur jedes zweite Gerät nutzen, d.h. das Nachbargerät muss dann frei bleiben!**
- **Kontaktflächen der Geräte/Hilfsmittel beim Gerätewechsel desinfizieren!**

Wir müssen darauf hinweisen, dass trotz aller Maßnahmen ein erhöhtes Risiko für eine Ansteckung mit dem SARS-CoV-2-Virus besteht.