

HYGIENEMASSNAHMEN

LAUFFREUNDE BAIERSBRONN E.V.

Infizierte Personen:

Personen mit Symptomen einer Atemwegsinfektion oder die in Kontakt zu einer mit SARS-CoV-2 infizierten Person stehen oder standen, wenn seit dem letzten Kontakt noch nicht 14 Tage vergangen sind, haben KEINEN Zutritt zur Boxx.

Desinfektion:

Nach Betreten und bei Verlassen des Studios müssen Hände gewaschen oder desinfiziert werden. Desinfektionsmittel stehen für Euch am Eingang zur Verfügung.

Jedes Gerät ist nach der Nutzung zu desinfizieren. Desinfektionsmittel steht zur Verfügung

Distanzregeln einhalten

Ein Abstand von mindestens 1,5 - 2 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen.

Handtücher:

Training nur mit einem eigenen großen Handtuch, Ärmellosen oder bauchfreien Shirts sind verboten, Training nur mit Schuhen erlaubt.

Körperkontakte müssen unterbleiben:

Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.

Hygieneregeln einhalten:

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen

kann das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden.

*****NEU*** Duschen/WCs und Umkleiden bleiben geschlossen:**

Die Nutzung von Umkleiden, Duschen und WCs wird vorerst ausgesetzt. Bitte umgezogen zum Training erscheinen.

*****NEU*** Kein Hochleistungstraining:**

Einheiten bei denen gezielt im Hoch- und/oder Höchstpulsfrequenzbereich trainiert werden finden weiterhin aufgrund der erhöhten Ansteckungsgefahr nicht statt (z.B. Cardio-Athletic).

Trainingsgruppen verkleinern:

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (max. 10 Person + Trainer), wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.

*****NEU*** Trainingsgruppen vereinheitlichen:**

Die Trainingsgruppen sollten immer von den gleichen Teilnehmern besetzt und immer durch den gleichen Trainer geleitet werden, um im Falle einer Infektion das Risiko einer Übertragung möglichst gering zu halten.

Mund-/Nasenmasken:

Das Tragen einer Maske ist während des Trainings freiwillig.

Angehörige von Risikogruppen besonders schützen:

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Individualtraining kann eine Option sein.

*****NEU*** Risiken in allen Bereichen minimieren:**

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

Kontakte außerhalb der Trainings- und Übungszeiten sind auf ein Mindestmaß zu beschränken. Ansammlungen im Eingangsbereich sind untersagt. Die Einhaltung eines Sicherheitsabstands von mindestens 1,5 Metern ist zu gewährleisten.

Kursplan:

Ein angepasster Kursplan sowie alle Informationen zum Ablauf im Kursbereich werden wir so schnell wie möglich veröffentlichen.

*****NEU*** Fahrgemeinschaften:**

Auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zu oder von den Trainings ist zu verzichten. Falls nicht anders möglich, so sind maximal 2 Haushalte pro Fahrzeug, unter der Einhaltung der Mund-/Nasenmaskenpflicht, möglich.

*****NEU*** Dokumentation:**

Zum Zweck der Auskunftserteilung gegenüber dem Gesundheitsamt oder der Ortspolizeibehörde nach §§ 16, 25 IfSG, müssen die folgenden Daten bei den Teilnehmern erhoben und gespeichert werden:

1. Name und Vorname des Teilnehmers,
2. Datum sowie Beginn und Ende des Trainings, und
3. Telefonnummer oder Adresse des Teilnehmers.