

Verhaltensregeln zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs im Treffpunkt Sport

MTT und Einzeltraining

- Desinfizieren sie beim Betreten unserer Räumlichkeiten ihre Hände.
- Erscheinen Sie -sofern möglich- bereits in Trainingskleidung. Nutzen Sie die Umkleide lediglich zum Wechseln der Schuhe und zum Einschließen ihrer Taschen.
- Tragen Sie -sofern möglich- im Umkleide- und Aufenthaltsbereich eine Mund-Nasen-Bedeckung.
- Trainieren Sie zu Ihren vereinbarten Trainingszeiten (Beispiel: 15.30 – 16:30Uhr). Nicht mehr als 10 Teilnehmer zeitgleich auf der Übungsfläche.
- Bleiben sie bei Anzeichen von Atemwegssymptomen oder grippalen Symptomen zu Hause.
- Nutzen Sie die Geräte so, dass der empfohlene Mindestabstand von 1,5m zu anderen Teilnehmern eingehalten wird.
- Vermeiden Sie direkten Körperkontakt.
- Bringen Sie zu jeder Trainingseinheit ein ausreichend großes Handtuch mit.
- Den Anweisungen der Übungsleiter und Trainer ist unbedingt Folge zu leisten.

Rehasport und Kursraum

- Desinfizieren sie beim Betreten unserer Räumlichkeiten ihre Hände.
- Erscheinen Sie -sofern möglich- bereits in Trainingskleidung. Nutzen Sie die Umkleide lediglich zum Wechseln der Schuhe und zum Einschließen ihrer Taschen.
- Tragen Sie -sofern möglich- im Umkleide- und Aufenthaltsbereich eine Mund-Nasen-Bedeckung.
- Bitte kommen Sie ausschließlich zu Ihren vereinbarten Kurszeiten. Nicht mehr als 12 Teilnehmer zeitgleich im Kursraum.
- Zur reibungslosen Organisation der Kurse melden Sie sich bitte frühstmöglich ab.

Ein Kurswechsel ohne vorherige Absprache ist nicht möglich!

- Bleiben sie bei Anzeichen von Atemwegssymptomen oder grippalen Symptomen zu Hause.
- Um unnötigen Kontakt zwischen aufeinanderfolgenden Kursteilnehmern zu vermeiden wird die Kursdauer auf 45min festgelegt.
- Vermeiden Sie direkten Körperkontakt.
- Bringen Sie zu jeder Trainingseinheit ein ausreichend großes Handtuch mit.
- Den Anweisungen der Übungsleiter und Trainer ist unbedingt Folge zu leisten.