

Hygienerichtlinien

Anmeldung:

- Eine vorherige Anmeldung zu jeder einzelnen Trainingseinheit über unsere Online-Buchungsplattform „Yolawo“ ist erforderlich. (Ausnahme: Bei „Jumping Fitness“ erfolgt eine Anmeldung zum gesamten Trainingsblock.)
- Die Corona-typischen Symptome (wie Fieber, Halsschmerzen, ...) sind ernst zu nehmen & führen zur Nichtteilnahme am Training. Weist jemand im Nachgang Symptome auf, ist unverzüglich der*die Übungsleiter*in (ÜL) zu benachrichtigen, um Trainingspartner*innen zu informieren & Infektionsketten nachvollziehen zu können.
- **Nach aktuellem Stand gilt die „3-G-Regel“ (geimpft / getestet (max. 24h alt) / genesen) als Voraussetzung zur Trainingsteilnahme. Der entsprechende Nachweis ist beim Training vorzulegen.**
- Der ÜL führt eine Anwesenheitsliste mit den Namen aller Teilnehmenden (TN), die ggf. den Gesundheitsbehörden zur Nachverfolgung von Infektionsketten zur Verfügung gestellt werden kann. Mit der Trainingsteilnahme verpflichten sich die TN zur Einhaltung dieses Hygienekonzeptes.

Treffpunkt:

- Es wird gebeten, dass sich die TN pünktlich („nicht zu früh und nicht zu spät“) zum Trainingsgelände begeben. Beim Betreten des Trainingsgeländes sind die Hände zu desinfizieren. Während des gesamten Trainings sind die geltenden AHA-Regeln einzuhalten. Zuschauern kann kein Zutritt zum Trainingsgelände gewährt werden.
- Jede*r TN hat einen **Mund-/Nasenschutz** mitzuführen und diesen beim Betreten sowie Verlassen des Trainingsgeländes zu tragen. Bei Erste-Hilfe-Maßnahmen bzw. **überall, wo der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, ist der Mund-/Nasenschutz zu tragen.**
- Das Mitbringen sowie der Verzehr von Speisen ist auf dem Trainingsgelände nicht gestattet.
- Wir **verzichten** ALLE gemeinsam auf Begrüßungs-/Verabschiedungsrituale (kein Händeschütteln, keine Umarmungen o.ä.) und begrüßen uns einfach freundlich mit entsprechendem Mindest-Abstand.

Kleidung:

- Bitte nach Möglichkeit bereits **in Sportkleidung** das Trainingsgelände betreten und es auch wieder verlassen.
- Eine eigene Iso-/Gymnastikmatte, ein **Handtuch/Liegetuch**, sowie ein Getränk (Plastikflasche) sind mitzubringen. **Ein Barfuß-Training ist NICHT gestattet.**
- Es können weitere persönliche Trainingsgeräte (z.B. Redondo-Bälle, Thera-Bänder, o.ä.) mitgebracht werden.

Organisatorische Abläufe:

- Geräte werden vom ÜL aufgebaut und aufgeräumt. Bei größeren Geräten darf von TN geholfen werden. Kann dabei der Mindestabstand nicht eingehalten werden, ist ein Mund-/Nasenschutz zu tragen.
- Nutzen Sportler dieselben (Hand-)Geräte, sind vor jedem Wechsel die Hände zu waschen/desinfizieren. Bei Verwendung von Kleingeräten kümmert sich der ÜL anschließend um deren Desinfektion (sofern dadurch das Material nicht beschädigt wird). Dazu stehen Flächenputzmittel (Allzweckreiniger) bereit, mit denen mechanisch („reiben mit Tuch“) gereinigt werden kann.

Mit allen Vorsichtsmaßnahmen wünschen wir Euch: **VIEL SPASS beim Training!** Bleibt gesund!