

Lungensport/Herzsport

- **Um die Risiken soweit wie möglich minimieren werden zunächst die Sportstunden wetterabhängig im Freien durchgeführt. Dazu steht in Absprache mit dem Schulamt auch das Tartanfeld hinter der Sporthalle, aber auch der Schulhof zur Verfügung.**
- **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.**
- **Beim ersten Besuch ist die Einverständniserklärung Teilnehmer*in zur Teilnahme am Rehabilitationssport während der Corona-Pandemie - soweit nicht bereits geschehen abzugeben. Wenn noch nicht erfolgt, bitte Telefonnummer und Emailadresse zur Verfügung stellen!**
- **Die Teilnehmer*innen treffen sich auf dem Schulhof zwischen der Schule und den Sporthallen im gebührenden Sicherheitsabstand. Masken sind mitzuführen und ggf. aufzusetzen. Sport selbst findet ohne Maske statt. Hier werden die Abstände je nach Belastung auf bis zu 5 m vergrößert.**

Sport in der Halle

- der Zutritt zu den Sportanlagen erfolgt nur mit und durch die jeweils verantwortliche Übungsleitung, innerhalb von maximal 10 Minuten vor Beginn der Übungsstunde unter Wahrung des Abstandes von 1,50 m und mit Mund-Nasen-Schutz,
- die Sportanlagen (Haupteingang) sind während dem Sportbetrieb zu verschließen.
- mit Betreten der Sporthalle sind die Hände zu desinfizieren bzw. zu waschen. Wenn möglich bitte eigenen Hygienemittel mitbringen.
- da die Umkleiden und Duschen geschlossen bleiben, bitte bereits in Sportkleidung kommen
- die Straßenschuhe müssen vor dem Betreten der Halle ausgezogen werden und in die Tasche verstaut werden.
- Barfuß in die Halle gehen, bzw. Sporttreiben ist nicht erlaubt.

Lungensport/Herzsport

Unsere Regelungen mit Betreten der Halle –

- Jede/Jeder Teilnehmer*in „besetzt“ mit Tasche ein gekennzeichnetes Karrée von 5m x 5 m. (Möglichst von der Rückwand beginnend nach vorne). Hier kann der Mund-Nasen-Schutz abgenommen werden.
- während der Übungseinheit das Karrée möglichst nicht verlassen, - sollte dies doch notwendig sein, Mund-Nasen-Schutz wieder aufziehen.
- der Verein stellt aus hygienischen Gründen keine Matten und Kleingeräte zur Verfügung.
- zur Übungsstunde dürfen keine Zuschauer mitgebracht werden.
- Der Trainingsbetrieb darf nur absolut kontaktfrei ausgeübt werden. Als Kontakt gilt auch das Zuspielen/Zuwerfen von Gegenständen! Die Austragung von Zweikämpfen in den Mannschaftssportarten muss unterbleiben.

Unsere Regelungen beim Verlassen der Halle

- nach der Trainingseinheit ist die Halle unter Wahrung des Sicherheitsabstandes und mit Mund-Nasen-Schutz über den Zuschauereingang auf der Tribünenseite zu verlassen. Der Abstand von 1,50 m ist möglichst zu wahren. Die Straßenschuhe dürfen erst im Vorraum des Zuschauereinganges angezogen werden.
- die Hände sind vor dem Verlassen der Halle zu desinfizieren, - die Ausgangstür bleibt geöffnet.

Wichtig:

- sollte sich nach dem Besuch einer Trainingseinheit eine Infektion mit SARS-CoV-2 bei Ihnen bestätigen, ist umgehend der Verein zu informieren, -
- den Anordnungen des Vorstandes/Geschäftsführung und der Übungsleiter*in ist unbedingt Folge zu leisten,
- bei Zuwiderhandlung kann umgehend ein Hallenverbot ausgesprochen werden,
- jede Teilnehmer*in sowie jeder Übungsleiter*in ist für ihr/sein Verhalten selbst verantwortlich und kann bei Verstößen haftbar gemacht werden.
- Vom kontrollierenden Ordnungsamt können ggf. auch Bußgelder verhängt werden