

Wassergymnastik 18.00 – 21.00

- Es werden nur komplette Gruppen zu den vereinbarten Zeiten in das Hallenbad eingelassen. Eine Gruppe besteht aus acht Personen. Die Gruppe bleibt während der Anwesenheitsdauer im Sicherheitsabstand zusammen. Dies ist aus Dokumentationspflichten unumgänglich. Freischwimmen findet für Teilnehmer*innen der Wassergymnastik vorerst nicht statt. Ziel ist, Gruppen nicht zu mischen. Daher sind die Gruppen zeitversetzt geplant. Die Zeiten sind ca.-Zeiten und situativ flexibel.
- Im Hallenbad gilt ein striktes Einbahnprinzip. Die „Gruppe“ trifft sich mit Sicherheitsabstand vor dem Hallenbad, betritt nach der Öffnung das Hallenbad mit Sicherheitsabstand, desinfiziert die Hände, unterschreibt mit eigenem Kugelschreiber die Verordnung, welche auf einem Tisch separiert ausliegen.
- Mit Sicherheitsabstand gehen die Teilnehmer*innen in den Umkleidebereich, wechseln die Kleidung, deponieren die Kleidung in ihrer Tasche (keine Spinde vorhanden) und gehen mit Tasche über die Dusche in den Beckenbereich.
- In jeder Dusche sind vier Duschen nutzbar, welche gekennzeichnet sind. Daher sind in jede Trainingsgruppe vier Frauen und vier Männern eingeteilt.
- Nach Betreten der Schwimmhalle werden die Taschen in einem vorgesehenen Bereich abgestellt und die Gruppe wird von dort durch die Übungsleiterin zum entsprechendem Beckenbereich geführt. An den Wassereinstiegen kann auf dafür vorgesehen Stühlen ein Handtuch abgelegt werden.
- Dort wird nacheinander mit Sicherheitsabstand der Platz im Wasser eingenommen.
- Mit Sicherheitsabstand findet dann 30 Minuten die Wassergymnastik statt.
- Die Übungsleiterin gibt gegen Ende der Einheit den Ausgang aus dem Wasser bekannt, um das Einbahnstraßensystem aufrechtzuerhalten. Das Wasser wird mit Sicherheitsabstand einzeln verlassen, die Tasche mitgenommen und wieder in den Umkleidebereich zurückgegangen.
- Duschen ist nicht mehr möglich. Nach dem Umkleiden wird der Umkleidebereich Richtung Duschen verlassen und im Einbahnstraßensystem zum Ausgang gegangen.
- Es besteht Einvernehmen, dass jeder Teilnehmer seinen Beitrag leistet, dass der Mindestabstand jederzeit eingehalten wird.
- Nicht Einhalten der Spielregeln führt zu einem weiten Ausschluss.
- Da die Gruppe eine „feste“ Gruppe ist, sind Wechsel nicht möglich. Die TeilnehmerInnen verpflichten sich zur regelmässigen Teilnahme.