



Der Schutz der Gesundheit aller ist oberstes Ziel aller Entscheidungen. Setzt Euren gesunden Menschenverstand ein!

Grundsätzlich gelten weiterhin die Leitplanken des DOSB vom 28.04.2020, die hier nur verkürzt und aktualisiert wiedergegeben werden:

- Trainingsgruppen nur mit 2x Geimpften oder Genesene, keine Begrenzung bei Kindern unter 14 Jahren nach Vorlage des Testheftes
- Distanzregeln einhalten: mindestens 2 m, bei anstrengenden Betätigungen eher 3 - 4 m, beim Lauftraining hintereinander mindestens 15 m
- Körperkontakte müssen unterbleiben
- Übungsstunde auf den Außenanlagen abhalten oder mit Freiluftaktivitäten starten
- Bei Sport in der Halle auf ausreichenden Luftaustausch achten
- Hygieneregeln einhalten: Häufiges Händewaschen und desinfizieren, Nießregeln beachten
- Hattsteinstübchen und Umkleiden bleiben grundsätzlich geschlossen
- Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

Der Zutritt zur Halle erfolgt nur mit dem oder der jeweils verantwortlichen Übungsleiter/in und unterliegt der 2G- oder 2G+-Regel.

Es können nur 2 Gruppen zeitgleich und bei abgesenktem Hallenteiler in der Halle Sport treiben.

Die Sporthalle darf nur dann zum Sporttreiben genutzt werden, wenn ausreichender **Luftaustausch** über regelmäßiges Lüften gewährt ist.

Hinweise zum Lüften: Alle Oberlichter sowie die Zugänge (Sportler- und Zuschauerzugang und die Außentür zum Multifunktionsfeld öffnen.

Erst wenn alle Mitglieder einer Gruppe die Sporthalle verlassen haben, kann die nächste Gruppe Zugang erhalten!

Allgemeine Regeln zur Hygiene:

1. Eine **Maskenpflicht (Mund-Nase) besteht grundsätzlich bei Sport in der Halle und im Freien nicht**. Für Übungsleiter/innen wird das Tragen empfohlen, weil sie bisweilen Übungsanweisungen etc. mit erhöhtem Stimmvolumen geben oder einzelne Sportler/innen bei der Durchführung unterstützen.

2. Optimal wäre eine vorherige Anmeldung der Teilnehmer*innenzur Übungsstunde, damit die vorgeschriebene Gruppengröße eingehalten werden kann.

Vor Beginn der Übungsstunde wird von der Übungsleitung eine Anwesenheitsliste erstellt, die Datum/Uhrzeit sowie Name, Vorname und Kontaktmöglichkeit (Telefon/Mail) sowie den **Impf-/Genesenen-Status aller Beteiligten** umfasst. Bei 2 G+-Regelung ist hier auch das **negative Testergebnis** (Gültigkeit: Allergentest 24 Std, PCR-Test 48 Stunden) zu dokumentieren. Diese Liste ist 4 Wochen aufzubewahren! Das Nutzen einer App (Luca oder Corona-App) bietet sich an. Bei erstmaliger Teilnahme ist die **Einverständniserklärung** zu unterschreiben.

Wer eigene Sportgeräte hat wird gebeten, diese mitzubringen.

3. Es wird dann ausdrücklich abgefragt, ob alle Teilnehmer/innen frei von relevanten Symptomen sind. Das gilt auch für die Prüfer/innen! Bei positiver Antwort oder Anzeichen einer Erkältung darf die Halle nicht betreten werden.

4. Beim Auftreten von Symptomen oder Atemwegsinfekten nach der Übungseinheit muss der/die Betroffene die Übungsleitung informieren!

5. Die Sportler/innen müssen bereits in Sportkleidung zum Training erscheinen, es gibt maximal nur Ablagemöglichkeiten für Überjacken oder Getränkeflaschen (bitte persönlich kennzeichnen).

6. Vor der Halle muss die erforderliche Distanzregel eingehalten werden, es sollten sich keine "Ansammlungen" bilden. Zuschauer sind nicht zugelassen!

7. Auf jegliche Begrüßungs- und Beglückwünschungsrituale ist zu verzichten, Husten oder Niesen bitte in Richtung Ellenbeuge/Oberarm oder in ein Einwegtaschentuch.

8. In der Halle ist soweit möglich die notwendige Distanzregel (1,5 - 2m) einzuhalten, bei anstrengenden Betätigungen eher doppelt so viel als ansonsten üblich.

9. Nach Betreten der Halle sind als erstes die Hände zu desinfizieren. waschen. Hierzu steht an den Zugängen (Sportlereingang und Eingang Hattsteinstübchen) Desinfektionsmittel und in den Toiletten Flüssigseife und ein Händetrockner bereit. Es ist ausreichend Händedesinfektionsmittel im Spender am Halleneingang verfügbar. Diese Handwaschprozedur gilt auch beim Verlassen der Halle! Bitte an die Distanzregeln denken und ausreichend Zeit auch für die Hygienemaßnahmen einplanen!

10. Nach dem gemeinsamen Aufwärmen werden die erforderlichen Geräte möglichst personenbezogen ausgegeben. Soweit möglich sind eigene Geräte mitzubringen.