

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Übungsleiter, endlich ist es so weit!! Unser Angebot an Sportkursen kann- zumindest eingeschränkt – wieder starten!!

Da aber auch an uns die Auflagen der Coronapandemie nicht vorüber gehen, haben wir hier die wichtigsten Regeln einmal für euch zusammengefasst. Bitte haltet euch ALLE daran, nur so können wir unseren Kursbetrieb aufrecht erhalten.

Wir wünschen euch einen schönen Wiedereinstieg in euer Training, bleibt gesund undmunter!

Es grüßt der Vorstand der Abteilung Fitness

Nina Nickel, Manuela Johannböke und Thea Obst

Hygienekonzept während der Coronapandemie der Abteilung Fitness des TSV 03/30 Michelbach zur Nutzung des ortsansässigen Bürgerhauses und der Sportplätze zwecks Sportkursen

Stand 24.05.2020

- 1) Die Anreise zu den einzelnen Angeboten erfolgt **nicht** in Fahrgemeinschaften sondern einzeln.
- 2) Im Foyer des BGH halten sich zum Schuhwechsel/Jacke aufhängen max. 2 Personen auf, Hände sind beim Betreten zu desinfizieren.
- 3) Im Bürgerhaus muss zwischen den einzelnen Teilnehmer/innen und Übungsleiter/in ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden.
- 4) Es dürfen max. 10 Personen gemeinsam im Bürgerhaus trainieren (+ Übungsleiter).
- 5) Zwischen den einzelnen Kursen muss ein zeitlicher Abstand von mindestens 20 Minuten liegen um eventuelle Warteschlangen zu vermeiden.
- 6) Die Übungsstunde erfolgt kontaktlos, sprich es finden **keine** Korrekturen durch Berührung der Teilnehmer/innen durch den Übungsleiter/in statt.
- 7) Die **vorhandenen Matten** im Bürgerhaus können **nicht** genutzt werden, die vorhandenen Geräte (Hanteln, Therabänder usw.) werden vor/nach Benutzung desinfiziert. Wir bitten die Teilnehmer möglichst eigene Geräte mitzubringen.
- 8) Um die Hanteln aus dem Schrank zu holen darf immer nur 1 Person den Geräteraum betreten, es dürfen nur die für den **eigenen Bedarf** benötigten Geräte herausgeholt werden.
- 9) Das BGH wird gut gelüftet.
- 10) Im Bereich Nordic Walking wird der Mindestabstand zwischen den Personen eingehalten, jeder bringt seine eigenen Walkingstöcke mit.
- 11) Es wird bei jeder Kursstunde eine Teilnehmerliste geführt.
- 12) Da die vorliegenden Hygieneregeln im Kinderturn/Judobereich nicht eingehalten werden können, müssen diese Angebote leider noch einige Zeit pausieren.
- 13) Das Angebot der Senioren/innengymnastik entfällt ebenfalls bis auf weiteres um diese Risikogruppe nicht zu gefährden.
- 14) Ein Probetraining ist nur mit vorheriger Anmeldung und ausgefüllter und unterschriebener Erklärung über das Hygienekonzept möglich.
- 15) Um an den angebotenen Kursen teilnehmen zu können muss vor dem Trainingsbeginn der jeweiligen Person von jedem Teilnehmer/in die beiliegende Erklärung zum Gesundheitszustand und die Bestätigung über die Aufklärung über das Hygienekonzept unterschrieben mitgebracht werden, **sonst kann keine Teilnahme der Übungsstunde erfolgen.**
- 16) Die Übungsleiter sind verpflichtet beim Verlassen des Bürgerhauses alle Berührungsflächen (Tür- und Fenstergriffe, Lichtschalter, CD Player, Sportgeräte) zu desinfizieren.

Sollten noch Fragen offen bleiben könnt ihr euch selbstverständlich gern an uns wenden.

