

## Regeln zur Wiederaufnahme des Übungsbetriebes:

1. Bei der Anreise zur Sportstätte sind möglichst keine Fahrgemeinschaften zu bilden.
2. Sportkleidung (incl. Schuhe) sollen bereits zu Hause angezogen werden. Eine mögliche stärkere Verschmutzung der Halle wird in Kauf genommen.
3. Eine Desinfektion der Hände ist beim Betreten der Halle vorzunehmen.
4. Das Umkleiden in der Halle ist nicht möglich, da die Umkleiden und Duschen nicht benutzt werden dürfen.
5. Toiletten und Handwaschbecken bleiben geöffnet, sollten nach Möglichkeit aber nicht genutzt werden. Der Verein stellt jedoch in den Toiletten Desinfektionsmittel und Einweghandtücher bereit. Nach jeder Benutzung sind vom Nutzer alle Kontaktflächen (Toilette, Türgriffe, Waschtischarmatur) zu desinfizieren.
6. Der Eintritt in die Halle erfolgt nur von der Hallenrückseite (wie bisher); der Ausgang erfolgt zur Bahnhofstraße über die Notausgangstüren. Es herrscht strikte „Einbahnstraßenregelung“. Des Weiteren ist auch der Mindestabstand von 1,5 m einzuhalten.
7. Der Eintritt in die Halle ist nur mit Mundschutz möglich. Ferner darf der Mundschutz lediglich während des Sports abgelegt werden. Beim Gang zur Toilette sowie beim Verlassen der Halle ist also ebenfalls ein Mundschutz zu tragen.
8. Die Teilnahme am Training ist nur für Personen gestattet, die frei von Erkältungs- und Coronavirus-Symptomen sind.
9. Zwischen den einzelnen Übungsgruppen werden 10 min Pausen eingeführt, um Begegnungen zwischen Teilnehmern der Übungsgruppen zu minimieren. Von einem längeren Aufenthalt auf den Parkplätzen oder am Ausgang sollte momentan abgesehen werden.
10. Auf die Benutzung von vereinseigenen Übungsgeräten (Hanteln, Flexibars, Kettle-Bells usw.) wird momentan verzichtet.
11. Übungsmatten sind von den Teilnehmern mitzubringen. Die vereinseigenen Matten werden nicht genutzt.
12. In der Halle ist auch während des Trainings ein Mindestabstand von mindestens 3 m einzuhalten.
13. Händeschütteln, Abklatschen usw. sind untersagt.
14. Es dürfen lediglich Übungen ohne Körperkontakt und ohne Hilfestellung ausgeführt werden.
15. Die Teilnehmerzahl pro Gruppe wird auf max. 10 Personen begrenzt. Bei größerem Andrang werden Gruppen mit max. 10 Personen gebildet, die im wöchentlichen Turnus abwechseln. Wenn mehrere Übungsgruppen gebildet werden, die wöchentlich rotieren, dürfen die jeweiligen Gruppen nicht gewechselt werden. Auf eine konstante Zusammensetzung der Übungsgruppen ist zu achten.

16. Die Anwesenheitsliste ist sorgsam zu führen, um mögliche Infektionsketten nachzuverfolgen. Am besten erfolgt dies durch den Übungsleiter, um Kontakt über den Stift zu vermeiden.
17. Beim Übungsbetrieb ist für maximale Lüftung zu sorgen, sofern dies die Außentemperatur zulässt.