



Grundregeln zur Wiedereröffnung des Trainingsbetriebes im Bereich Gymnastik ab 15.06.2020 (gemäß Einteilung durch den jeweiligen Trainer)

- Wer Erkältungssymptome hat oder Kontakt mit einer nachweislich mit COVID-19 infizierten Person hatte, ist vom Sportbetrieb ausgeschlossen, Teilnahme nur nach Vorlage eines ärztlichen Attests möglich
- Vor Betreten der Halle sind die Hände zu waschen, jeder Teilnehmer hat ein eigenes kleines Handtuch dabei
- Bitte unbedingt 1,5 m Abstandsregel einhalten
- Maskenpflicht in allen Räumen, außer während der unmittelbaren Sport-/Trainingstätigkeit
- Die Teilnahme wird in einer Anwesenheitsliste dokumentiert (Name, Adresse, Zeitraum)
- Es werden feste Trainingsgruppen eingeteilt, da die Gruppengröße beschränkt ist, KEIN eigenmächtiges Wechseln der Gruppe erlaubt!
- Keine Partnerübungen
- Jeder bringt seine eigene Matte mit
- Möglichst keine Handgeräte verwenden, ansonsten sind diese nach Benutzung zu desinfizieren.
- Bitte bereits in Sportkleidung kommen und nur noch die Schuhe wechseln
- Die maximale Trainingszeit im Indoorbereich ist auf 60 Minuten beschränkt