

Corona-Merkblatt für Sportler

	<p>Nur gesund trainieren</p> <p>Am Training darf man nur teilnehmen, wenn man völlig gesund ist. Bei Krankheitszeichen zu Hause bleiben und ggf. einen Arzt aufsuchen. Alle Kinder unter 18 Jahren müssen jeweils VOR dem ersten Training nach den Ferien eine Bestätigung zu ihrem Gesundheitszustand durch die Eltern mitbringen (Formular auf www.tv-neulingen.de).</p>
	<p>Abstand halten</p> <p>Immer den Mindestabstand von 1,5 m zu anderen Sportlern einhalten. Während des Trainings auf möglichst großen Abstand achten.</p>
	<p>Handhygiene</p> <p>Regelmäßig und ausreichend lange (mindestens 20 Sekunden) Hände mit Wasser und Seife waschen oder Hände desinfizieren.</p>
	<p>Wenn möglich Mundschutz tragen</p> <p>Auf dem Weg zum Sport in der Halle einen Mund- / Nasenschutz tragen. Während des Sporttreibens kann auf den Mundschutz verzichtet werden.</p>
	<p>Richtig Husten und Niesen</p> <p>Beim Husten und Niesen Abstand von anderen halten und sich wegrehen. Taschentuch benutzen oder Armbeuge vorhalten.</p>
	<p>Begrenzung der Gruppengröße</p> <p>Auf Basis der Vorgaben sind die Gruppengrößen beschränkt.</p>
	<p>Eigene Matte mitbringen</p> <p>Bitte bringt für Kurse Eure eigene Matte mit.</p>
	<p>Vor und nach der Trainingszeit</p> <p>Kontakte außerhalb der Trainings- und Übungszeiten sind auf ein Mindestmaß zu beschränken. Bei Gegenverkehr ausweichen. Mit Ausnahme der Eltern/Kind-Gruppen dürfen Eltern nicht in die Halle.</p>
	<p>Umkleiden geöffnet</p> <p>Bitte möglichst bereits umgezogen kommen. Schuhwechsel in der Umkleide. Die maximale Personenzahl pro Umkleide beachten.</p> <p>Duschen geschlossen</p> <p>Nutzung der Duschen ausschließlich nach Absprache mit dem zuständigen Vorsitzenden.</p>

Icon made by Freepik from www.flaticon.com

Die Anweisungen der Übungsleiter sind zu beachten.