

## Hygienemaßnahmen für die Nutzung des Mehrzweckgebäudes (MZG) LC Pentling:



### Trainingstermine im Mehrzweckgebäude:

Dienstag	18:00 bis 18:45 Uhr – Herrengruppe, LC Pentling
Mittwoch	18:00 bis 18:45 Uhr – Damen-/Herrengruppe, LC Pentling
Donnerstag	18:00 bis 18:45 Uhr – Damengruppe, LC Pentling

Teilnehmen darf:

- wer aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer möglichen SARS-CoV2-Infektion (Halsweh, Husten, erhöhte Temperatur ab 38 Grad Celsius, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen) hatte.
- Keinen Nachweis einer SARS-CoV2-Infektion in den letzten 14 Tagen hatte.
- In den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV2 getestet worden ist, hatte.

### **2) Maximale Teilnehmeranzahl: 14 + Übungsleiter**

3) Für die Teilnahme an den Trainingsstunden im MZG ist vorab **eine Anmeldung über das jedem Mitglied zugeschickte Anmeldeformular erforderlich**. Somit wird eine Gruppenbegrenzung auf maximal 14 Personen + Übungsleiter gewährleistet. Zudem erfolgt die namentliche Fixierung der Teilnehmer. **Ohne Anmeldung darf nicht am Training teilgenommen werden.**

### **4) Beim Betreten des MZG sind die Hände der Teilnehmer zu desinfizieren.**

5) Außerhalb des Trainingsraumes besteht im gesamten Gebäude die Pflicht von Mund- und Nasenschutz. Insbesondere bei Nutzung der Toilette und auf dem Weg dorthin und zurück.

6) Das Betreten des Trainingsraumes erfolgt durch die Eingangstüre links neben dem Haupteingang, nach Weisung durch den Übungsleiter. Als Ausgang wird die Not-Türe am Ende des Trainingsraumes genutzt, damit ein Queren der Teilnehmer und eine Vermischung verhindert wird.

7) Die Teilnehmer warten:

- in vollständiger Sportkleidung,
- auf dem Gelände **vor** dem MZG,
- in ausreichenden Abstand voneinander

auf den Einlass durch die jeweiligen ÜL, insbesondere dann wenn bereits eine Trainingsstunde vorher stattgefunden hat, damit ein Vermischung der Gruppen verhindert wird und ein ausreichender Luftaustausch gewährleistet ist. Die Umkleidekabinen und Duschen dürfen nicht genutzt werden.

8) Im Trainingsraum sind die Plätze für die Matten mit Klebestreifen markiert. Die Matten sind im Bereich der Markierungen abzulegen. Dabei ist es, um Querungen der Teilnehmer zu verhindern, nützlich, wenn zuerst die am weitesten vom Eingang entfernten Plätze belegt werden und zum Schluss die Plätze im Eingangsbereich.

9) Die Trainingsdauer der Übungsstunden ist auf maximal 45 Minuten begrenzt.

10) Bei der Anfahrt muss auf Fahrgemeinschaften verzichtet werden (außer Familienangehörige).

11) Bei Ankunft und Abfahrt, sowie bei Beginn und Ende der Trainingsstunden, auf dem Parkplatz sowie beim Betreten des Mehrzweckgebäudes haben die Teilnehmer in eigener Verantwortung, durch ihr Verhalten zu gewährleisten, dass die geltenden Abstandsregeln (1,5 m) eingehalten werden.

12) Auch während des Sportbetriebes gilt ein Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen.

13) **Bei Benutzung von Toilettenanlagen sind diese mit dem vereinsseitig bereitgestellten Desinfektionsmittel zu reinigen.** Nach dem Toilettengang sind die Hände gründlich mit Wasser und Seife zu waschen.

14) Sämtliche Trainingsstunden finden kontaktlos statt und jeder Teilnehmer hat seine eigene Trainingsmatte mitzubringen.

15) Vor und nach den Übungsstunden wird der Raum gründlich gelüftet.

16) Im Eingangsbereich, im Trainingsraum sowie auf den Toiletten werden Hinweise mit den Verhaltensregeln angebracht.

17) Den Anweisungen der Übungsleiter ist absolut Folge zu leisten.