



Aktuelle Verhaltensregeln für den Trainingsbetrieb während der Corona-Krise

Allgemein:

- 1. Wer krank ist oder sich krank fühlt, darf nicht am Training teilnehmen**
- 2. Der Mindestabstand von 2 Metern muss immer eingehalten werden**
 - Körperkontakt ist möglichst zu vermeiden
- 3. Die Hygieneregeln bitte konsequent einhalten**
 - Hust- und Niesetikette, nicht ins Gesicht fassen, oft Händewaschen
- 4. Training findet ausschließlich unter Anleitung eines Übungsleiters statt**

Der Trainer ist verantwortlich für die Einhaltung der Verhaltensregeln
- 5. Das Betreten des Dojos ist nur Trainern und Sportlern erlaubt**
 - der Einlass erfolgt durch Übungsleiter, Beschilderung ist zu folgen, Zuschauen nur bedingt
- 6. Duschen und Umkleiden ist wieder erlaubt**

Bitte Räume vorher und nachher durchlüften
- 7. Der Aufenthalt in und auf Sportstätten ist nur für den Sportbetrieb erlaubt**
 - keine gesellschaftlichen Treffen vor oder nach dem Training
 - nach Trainingsende das Dojo bitte unverzüglich verlassen

Während des Trainings:

- 1. Übungsleiter führen Anwesenheitslisten über jede Trainingseinheit mit Datum, Vor- und Nachnamen, Anschrift u. Telefonnummern der Teilnehmer durch um eventuelle Infektionsketten nachvollziehen zu können.**
- 2. Körperkontakt z. B. bei Begrüßungen ist nicht erlaubt**
- 3. Gemeinsam benutzte Trainingsgeräte müssen nach Gebrauch durch die Trainer desinfiziert werden.**
- 4. Nach Möglichkeit sollte so oft wie möglich gelüftet werden.**

Den Anweisungen der Übungsleiter ist unbedingt Folge zu leisten!