

Hygienekonzept für Sportstätten

Personen mit Fieber und/oder Krankheitssymptomen des SARS-CoV 2 (Husten, Schnupfen, Verlust des Geruchs-/Geschmacksinns u.a.) dürfen die Sportstätten nicht betreten.

Vierzehn Tage nach Rückkehr aus einem Risikogebiet darf die Sportstätte nicht betreten und der Kurs nicht besucht werden.

Der Zugang zu den Sportstätten ist nur mit einer gültigen Anmeldung bei der vhs Trittau gestattet. **Zuschauer*innen oder Begleitpersonen sind nicht erlaubt.**

Die Hygiene- und Abstandsregeln sind dauerhaft einzuhalten (mindestens 1,50 Meter Abstand, Husten- und Niesetikette, Handhygiene, Nutzung von Desinfektionsmitteln).

Beim Warten vor dem Gebäude sowie beim Eintreffen und Verlassen der Sportstätten ist ein Mund-Nasenschutz zu tragen. Der Mund-Nasenschutz darf erst nach Betreten des Kursraumes und nach Aufforderung der Kursleitung abgenommen werden.

Gruppenumkleide- und Duschräume dürfen leider nicht genutzt werden. Bitte erscheinen Sie deswegen bereits in Sportkleidung zu Ihrem Kurs.

Einzige Ausnahme: Im Umkleideraum sollen unter Einhaltung der Abstandsregeln die Straßenschuhe ausgezogen werden. Diese sind in einem mitgebrachten Beutel mit in die Halle zu nehmen.

Die Kursleitung weist Ihnen einen festen Platz in der Halle für Ihre Utensilien zu (Tasche, Trinkflasche, Schuhe, Jacke, usw.).

Bitte bringen Sie Ihre eigene Sport-/Yogamatte mit. Alternativ ist bei Nutzung der halleneigenen Übungsmatten ein großes Handtuch mitzubringen, das diese Matten vollständig abdeckt.

Der Zutritt zu den Sportstätten ist erst **unmittelbar vor** Kursbeginn und nur nach Aufforderung der Kursleitung gestattet. Zu spät kommende Personen können nicht mehr eingelassen werden.

Vor Eintritt in die Sportstätte sind die Hände zu desinfizieren. Spender mit Desinfektionsmitteln stehen vor Ort bereit.

Die Sportstätte ist unmittelbar nach dem Ende des Kurses zügig zu verlassen.

Um den Gruppenwechsel nicht zu verzögern und um Begegnungen zweier Gruppen zu vermeiden, sind Gespräche außerhalb der Sportstätte zu führen.

Die Kursleitung sorgt für regelmäßige Lüftung und ggf. Desinfektion.

Während des Kurses ist ein Mindestabstand von 2 Metern zur nächsten Person einzuhalten, sofern mehr als 10 Personen in der Halle sind.

Die Toiletten stehen zur Verfügung. **Die Sanitäranlagen sind einzeln zu betreten.**

Bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten und -flächen ist eine regelmäßige Desinfektion nach jeder Nutzung notwendig. Die benutzten Sportgeräte, Kleingeräte und Trainingshilfen sind von den Teilnehmenden selbst zu desinfizieren. Desinfektionsmittel stehen dafür bereit. Alternativ können Baumwollhandschuhe getragen werden.

Der Kursraum darf nicht barfuß betreten werden. Es sind Hallenturnschuhe oder Strümpfe zu tragen.

Körperkontakt ist strikt zu vermeiden. Auf Händeschütteln und/oder Umarmungen ist zu verzichten.

Es wird eine Anwesenheitsliste zur möglichen Nachverfolgung einer Infektionskette geführt. Die Daten werden nach Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen vernichtet.

Bei Bewegungen im Raum ist die Choreographie darauf abzustimmen, dass der Mindestsicherheitsabstand gewährleistet ist.

Bei Übungen von hoher Atmungs- und Bewegungsintensität wie z. B. **Zumba oder Step Aerobic** soll der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4 bis 5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).

Die Kursleitenden verpflichten sich vor Ort zur Einhaltung, Umsetzung und Überwachung des Hygienekonzepts.