

SPORTANLAGEN, ABER SICHER!

Gemeinsam Sport treiben in Corona-Zeiten? Ja! Wenn wir uns alle an folgende Regeln halten:



Überall Abstand halten – mindestens 1,5 m

- z. B. beim Betreten und Verlassen der Sportanlagen
- bei der Sportausübung ist die Abstandsregel ausgesetzt!
- in den Mehrzweckräumen der Sportanlagen, in den Umkleiden und Duschen



Hände gründlich und regelmäßig mit Seife waschen

- z. B. bei der Ankunft auf der Sportanlage und nach der Sportausübung
- nach dem Toilettengang, nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen



Mund-Nasen-Bedeckung tragen in allen Räumen (Pflicht)

- auch beim Betreten und Verlassen der Sportanlage
- ausgenommen: Kinder unter 6 Jahren, die unmittelbare Sportausübung und das Duschen



Besser nicht anfassen

- das eigene Gesicht die Hände oder Gesichter anderer
- Türgriffe, Schalter, Fahrstuhlknöpfe, Geländer – stattdessen Ellbogen oder Gegenstand benutzen



Essen und Trinken

- mindestens 1,5 m Abstand halten
- nicht mit anderen Trinken oder Essen teilen



Hygienekonzept beachten (sportartspezifisch)

- Anwesenheitsliste führen (Dokumentationspflicht!)
- Hinweisen des Übungsleitenden folgen



Wegeführung beachten

- z. B. Markierungen auf dem Boden, Schilder oder Hinweise an Türen, Wänden, in Umkleiden oder auf Tribünen



Wenn Sie sich krank fühlen

- z. B. bei Halskratzen, Husten, Fieber und Frieren
- zuhause bleiben bzw. Sportanlage nicht betreten!
- Hygienebeauftragte/Verein und ggf. Ärztin/Arzt informieren