



Hygienekonzept für den Trainingsbetrieb in der Sporthalle des Turnerheims.

Generelle Verhaltensregeln zum Schutz vor einer Ansteckung mit SARS-CoV-2

- Tragen von **Mund-Nasen-Bedeckung** beim Betreten und Verlassen der Sportanlage/Halle
- **Händehygiene**, regelmäßiges Händewaschen mit Seife für 20 – 30 Sekunden
- **Einhalten der Husten- und Nieshygiene**, Husten und Niesen in die Armbeuge oder ein Taschentuch, das anschließend entsorgt wird.
- **Abstandhalten**, mindestens 1,5 m zur nächsten Person, Familien oder Personen eines Haushalts dürfen auf einer Scheibe trainieren
- **Kein Körperkontakt**, vermeiden von Händeschütteln und Umarmungen
- **Hände vom Gesicht fernhalten**, Vermeidung der Berührung von Auge, Nase und Mund
- **Bei Krankheitszeichen**, z. B. Fieber, trockener Husten, Atemproblemen, Verlust des Geschmacks- und/oder Geruchssinn, Hals- und Gliederschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, **unbedingt zu Hause bleiben. ZUTRITT VERBOTEN!**
- **Vermeidung gemeinsam benutzter Gegenstände.**
- **Begleitpersonal**, z. B. Eltern oder Fahrdienste, warten auf der Zuschauertribüne oder vor der Halle.
- **Umkleidekabinen und Duschen** sind bis auf Weiteres für die Vereine gesperrt, Sportschuhe vor der Halle oder auf der Zuschauertribüne wechseln.
- Für eine ausreichende **Durchlüftung** der Halle ist zu sorgen, öffnen der Dachluken und eine permanente zwangsbetriebene Lüftung über die Lüftungsanlage. Die

Lüftungsanlage ist auf maximale Luftmenge eingestellt. Dachluken können per Schlüsselschalter geöffnet werden.

- Das **Training wird in festen Gruppen** durchgeführt. Ein Trainer wird jeder Gruppe zugewiesen und führt die Anwesenheitsliste.