

COVID-19 Präventionskonzept (5.10.2020)



ANMELDUNG UND PERSONENZAHL

Bitte nur zum Training kommen, wenn du gesund bist und keinerlei Symptome hast.

Melde dich zur jeweiligen Trainingseinheit bei der für dich relevanten Kontakt-Person an, denn nur angemeldete Personen dürfen am Training teilnehmen, das sind

- Für **Gymnastikstunden** in den kleineren Sälen 10 Personen + Trainer
- Für **Geräteturnstunden** in der großen Halle mehrere Gruppen zu je 10 Personen + Trainer, die getrennt voneinander in der jeweiligen Gruppe trainieren. Eine Durchmischung der Gruppen muss vermieden werden.

Solltest du aus irgendeinem Grund nicht zum Training kommen können, bitte melde dich der Fairness halber ab, dann kann eine andere Person deinen Platz bekommen

MASKE (MUND-NASEN-SCHUTZ)

Ist vom **Betreten bis zum Verlassen des Gebäudes** zu tragen mit **Ausnahme der Zeit des Trainings**, das heißt auch

- während des Umziehens (deswegen am besten schon umgezogen kommen)
- bei Gängen zum WC und zurück
- beim Geräte-Holen aus den Gerätelagern
- auf dem Weg zur oder von der Garderobe
- beim Leisten von erster Hilfe im Falle eines Unfalls

ABSTAND HALTEN

- Mindestens 1 Meter, so oft wie möglich, besonders während des Trainings (ausgenommen bei Hilfestellung und Sichern)
- Körperkontakt ganz vermeiden (außer beim Helfen und Sichern)
- Begegnung mit der Gruppe, die vor oder nach dir trainiert, vermeiden

HYGIENE UND DESINFEKTION

- Beim Betreten und der Verlassen des Gebäudes **Hände 30 Sekunden lang waschen ODER desinfizieren**
- Für **Geräte-Turnen: Magnesium nicht gemeinsam verwenden**, sondern jeder hat sein eigenes Stück, das er selbst verwahrt, mitbringt und wieder mitnimmt. Sackerl mit Namen beschriften.
- **Eigene Wasserflasche** mitbringen, die mit dem Namen versehen ist. Diese nicht mit anderen teilen.
- Für **Gymnastik, Yoga, usw: eigene Matte** und **eigenes Handtuch** mitbringen, bitte mit dem Namen beschriften.
- Verwendete **Turn- und Kleingeräte desinfizieren**, und zwar unmittelbar nach der Trainingseinheit mit dem bereitgestellten Desinfektionsmittel gründlich reinigen. Falls Matten verwendet wurden, auch diese wischen und zum Trocken auflegen, um Schimmelbildung zu verhindern.
- Bitte, wenn möglich, **zu Hause duschen**
- Nach jeder Trainingseinheit **gründlich lüften** (5 Minuten), am besten durchziehen lassen.

ANWESENHEITSLISTEN

Pro Person bitte ein Datenblatt ausfüllen, auch wenn du nur als Gast da bist. So genügt es dann, sich jede Stunde nur mit dem Namen in die jeweilige Teilnehmerliste einzutragen. Die Daten werden nur intern verwendet bzw. auf behördliche Anordnung im Falle einer Infektion an die Behörde weitergeleitet. Nach 28 Tagen werden die Anwesenheitslisten vernichtet.

WENN DU DICH NICHT WOHL FÜHLST ...

gib bitte sofort dem Trainingsleiter Bescheid und folge seinen Anweisungen, er/sie weiß was zu tun ist. Lies dir die Symptome-Liste für Covid 19 nochmal genau durch (ist ausgehängt), aber auch wenn du dich sonst nicht wohl fühlst, brich bitte das Training ab.

Falls du positiv auf Covid 19 getestet wirst, bitte gib sofort dem Trainer oder deiner Kontaktperson Bescheid, sie wird die behördlich verordneten nötigen Schritte unternehmen.

Bitte hab dafür Verständnis, dass der **Trainingsleiter verpflichtet ist, auf Mängel im Verhalten hinzuweisen**, gegebenenfalls bei Nichtbeachtung auch **Personen vom Training auszuschließen**. Er/sie ist für die Einhaltung der Regeln verantwortlich.

Das Wichtigste nochmal kurz zusammengefasst:

**GESUND ZUM TRAINING KOMMEN 😊 ZU JEDER EINHEIT VORAB ANMELDEN 😊 MASKE TRAGEN 😊
ABSTAND HALTEN 😊 KÖRPERKONTAKT VERMEIDEN 😊 HAND-UND GERÄTEHYGIENE WAHREN 😊
EINTRAGEN IN DIE ANWESENHEITSLISTE**

Wir respektieren und achten einander. Danke für dein verantwortungsvolles Handeln.