



Hygiene-Regeln Lipperreier Sporthalle

1. Der Zutritt zur Sportanlage ist nur mit Mund-Nase-Schutz und unter Wahrung der Abstandsregeln erlaubt.
2. Während des Sports kann auf den Mund-Nase-Schutz verzichtet werden. Auf die Abstandsregel ist weiter zu achten.
3. Die Hände werden vor und nach dem Training mit Desinfektionsmittel desinfiziert durch Nutzung des Desinfektionsbehälters in der Sporthalle.
4. Jeder Teilnehmer bringt seine eigenen Getränke und Handtücher sowie eine eigene Gymnastikmatte mit.
5. Bitte, wenn möglich, gleich in Sportkleidung kommen. Umkleiden und Duschen dürfen unter Wahrung des Mindestabstandes genutzt werden.
6. Es werden Anwesenheitslisten geführt, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können.

Jeder Teilnehmer muss folgende Voraussetzungen erfüllen:

- *Hallensport ist nur möglich, wenn:*
 - *Ich geimpft oder genesen bin (letzteres darf maximal ein halbes Jahr zurückliegen) (Nachweise jeweils erforderlich) oder*
 - *ich einen aktuellen Negativtest zur Sportstunde mitbringe.*
- *Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome, es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.*
- *Vor und nach dem Training muss ein Mund-Nase-Schutz getragen werden.*
- *Ich desinfiziere mir vor und nach dem Training die Hände.*

Sollte sich an den gegebenen Vorschriften etwas ändern, werden die o.g. Maßnahmen entsprechend angepasst.