



Hygieneplan für den Sportbetrieb ab dem 17. September 2020

1. Teilnahme am Training

Bitte nehmen Sie nur am Training teil, wenn Sie sich **fit und gesund** fühlen. Wir gehören alle der Risikogruppe „älter“ und „herzkrank“ an und wollen uns keinem zusätzlichen Risiko aussetzen.

Bitte nehmen Sie nicht am Training teil, wenn Sie **erkältet** sind.

Bitte nehmen Sie auch nicht am Training teil, wenn Sie frisch von einer **Reise** aus einer Gegend zurückkommen, in der die Corona-Fallzahlen höher sind als in Baden-Württemberg.

Bitte nehmen Sie nicht am Training teil, wenn Sie gerade aus einem Gebiet zurückkehren, für das eine **Reisewarnung** besteht.

2. Betreten der Sporthalle

Die Teilnehmer warten vor der Sporthalle bis die Vorgängergruppe das Training abgeschlossen und die Halle verlassen hat. Damit soll vermieden werden, dass eine Begegnung zwischen den Teilnehmern der unterschiedlichen Gruppen stattfindet.

Bei Betreten der Halle bis zum Sportbetrieb muss die **Mund-Nasen-Bedeckung** benutzt werden. Das gilt auch für das Verlassen der Sporthalle.

3. Umkleideräume

Die Umkleideräume dürfen leider nicht benutzt werden, da der notwendige Abstand von 1,5 Meter nicht eingehalten werden kann. Bitte kommen Sie deshalb schon in Sportkleidung zum Training. Ihre persönlichen Dinge können Sie mit in die Sporthalle nehmen.

4. Toilettenbenutzung

Die Toiletten können benutzt werden. Im EG finden Sie die Herrentoiletten, im OG die Damentoiletten.



5. Hygienevorschriften im Einzelnen

Desinfektion der Hände

Im Eingangsbereich der Halle finden Sie eine Infotafel sowie einen Tisch mit Desinfektionsmitteln. Bitte desinfizieren Sie vor Betreten der Halle ihre Hände.

Anzahl der Teilnehmer pro Gruppe

Pro Gruppe können maximal 20 Teilnehmer am Reha-Herzsport teilnehmen.

Belüftung der Hallen

Der zeitliche Abstand zwischen den Gruppen wird dazu benutzt, die Hallen zu belüften, soweit es die räumlichen und technischen Möglichkeiten zulassen.

Abstand einhalten

Bitte daran denken, dass ein Mindestabstand von 1,5 m zwischen den Teilnehmern einzuhalten ist. Dies gilt vor, nach und auch während des Trainings.

Übungsprogramm

Die Übungsleiterinnen stellen das Trainingsprogramm so zusammen, dass das Hygienekonzept eingehalten werden kann. Mannschaftsspiele können deshalb leider nicht stattfinden.

6. Kontakte

Die Kontakte im Sportbereich sind auf die jeweiligen Gruppen begrenzt. Durch die Anwesenheitsunterschrift und die Pulsliste ist gewährleistet, dass im Falle der Infektion eines Teilnehmers die übrigen Personen leicht ermittelt und informiert werden können.

Für den Vorstand
Albert Zeh