

Konzept zur Wiederaufnahme des Rehabilitationssports im Wittlicher Turnverein (Indoor)

- Die Trainingsteilnahme ist nur möglich nach erfolgter (einmaliger) Vorlage der unterzeichneten Einwilligungserklärung.
- Vor jeder Übungsstunde muss das individuelle Risiko sowie der Gesundheitszustand eingeschätzt werden. Verzicht auf Teilnahme bei erhöhtem Risiko, zwingender Verzicht bei akuten Symptomen wie z.B. Fieber, Husten, Schnupfen und/oder grippeähnlichen Symptomen!
- Treffen der Teilnehmer mit **Mund-Nasenschutz in Sportkleidung und Sportschuhen** (Es besteht keine Möglichkeit zur Umkleide) unter Wahrung der Abstandsregeln im Haus der Vereine.
- Bilden Sie keine "Grüppchen", auch wenn Sie sich länger nicht gesehen haben. Vermeiden Sie Berührungen und beachten Sie den Sicherheitsabstand.
- Vor Trainingsbeginn müssen die Hände desinfiziert werden. (Desinfektionsmittel werden vom Verein vorgehalten)
- Die Unterschrift auf der Teilnehmerliste erfolgt mit einem eigenen Stift.
- Bitte beachten Sie die allgemeinen Hygieneregeln zur Nies- und Hustenetikette.
- Bringen Sie bitte ein Handtuch, etwas zum Trinken sowie eine eigene Matte mit.
- Während des Trainings wird ein Mund-Nasenschutz empfohlen, ist aber nicht zwingend erforderlich.
- Nach 30 min erfolgt eine komplette Durchlüftung der Räumlichkeiten

Packliste:

Mund-Nasenschutz

Einwilligungserklärung (einmalig)

Stift

Getränk

Handtuch

Matte

bitte erscheinen Sie bereits in Sportkleidung und Sportschuhen!