

# Hygienekonzept für die Skigymnastik in der Halle

## A H A beim Ski Club Lintorf

### Abstand

Wer Krankheitssymptome aufweist oder sich einfach nur krank fühlt, darf nicht zur Sporeinheit kommen.

Wer sich in den letzten 14 Tagen in einem Risikogebiet aufgehalten hat und keinen negativen CoVid 19 Test vorweisen kann, besucht nicht den Sport.

Die Abstandsregelung von 1,5 m ist bei sportlicher Aktivität zu knapp gerechnet, empfohlen wird ein Abstand von 3 m in jeder Richtung

Bei der Größe der uns zur Verfügung stehenden Hallen bedeutet dieses eine Beschränkung der Teilnehmerzahl auf 20 Personen.

Zeitliche Trennung: Um abstandsarme Begegnungen beim Betreten und Verlassen der Halle zu vermeiden, muss ein Abstand von 15 min zwischen 2 Einheiten eingehalten werden, diese Zeit kann auch zum zusätzlichen Lüften genutzt werden

Teilnehmerlisten mit Kontaktdaten: Modell der „Visitenkarte“, hierbei hinterlegt der Teilnehmer seine Kontaktdaten und gibt sie dem Übungsleiter zu Beginn der Einheit. Gleichzeitig erklärt der Teilnehmer durch Unterschrift seine Symptomfreiheit.

Nach einer Aufbewahrungsfrist von 4 Wochen werden diese Karten datenschutzrechtlich konform entsorgt.

Die Teilnehmerlisten dienen der Rückverfolgung und Infektionskettenermittlung durch das Gesundheitsamt.

### Hygiene

Vor und nach den Übungseinheiten sind die Hände zu desinfizieren.

Händedesinfektion wird zur Verfügung gestellt

Verzicht auf Benutzung der Umkleiden wegen zu geringem Abstand, Teilnehmer erscheinen im Sportdress, wechseln nur von Straßen- auf Hallenschuhe und umgekehrt

Benutzung der Toilette vermeiden, wenn möglich

Gebrauch persönlicher Trainingsmittel (Matte, Decke etc)

Verzicht auf Benutzung der Sportgeräte aus der Halle, aufgrund fehlender Flächendesinfektionsmöglichkeit.

Die Nies- und Hustenetikette ist einzuhalten

### Alltagsmasken

Das Tragen von Alltagsmasken ist vom Betreten des Turnhallengebäudes bis zum Übungsplatz erforderlich, genauso beim Verlassen des Gebäudes, ferner bei Entfernung vom Übungsplatz.