



*Ski-Club-News Ausgabe 08/ 2020, vom 12.05.2020*

*Liebe Skifreunde,*

wie Ihr aus *Ski-Club-News* Ausgabe 07 wisst, gibt es ab **Donnerstag, den 14.05.**, zur gewohnten Uhrzeit **um 19:30** wieder Ski-Gymnastik. Da die Ratinger Sporthallen weiterhin geschlossen sind, treffen wir uns auf dem **Schulhof der Comeniusschule** am Thunesweg (hinter dem Lintorfer Schützenplatz), um eine Stunde Gymnastik im Freien durchzuführen. Vielen Dank an Klaus Dieter für das Einholen der Erlaubnis, den Hof der Comeniusschule zu benutzen und an unsere Übungsleiterin Marion für das Ausarbeiten eines Konzeptes für die Outdoor-Skigymnastik. Hinweis: die Halle und somit auch die Toiletten, sind geschlossen. Bei Regen fällt die Stunde aus.

Die Örtlichkeit für die Ski-Gymnastik am Dienstag wird noch geklärt und in einer weiteren *Ski-Club-News* bekannt gegeben.

Bei Skigymnastik und Nordic Walking (Mittwoch 18:45) sind strenge Hygiene-Regeln einzuhalten, die ich hier noch einmal wiederhole:

Die wichtigste Regel ist, einen Abstand zur nächsten Person von 1,50 m, besser 2 m konsequent und **ständig** einzuhalten. D.h.: 2 m Abstand nach vorne, 2 m nach hinten, 2 m nach links und 2 m nach rechts. Dann ist es auch möglich auf eine Mund-Nasenmaske zu verzichten.

Leider müssen wir nachweisen, wer teilnimmt, damit im Falle einer positiven getesteten Person alle anderen vom Gesundheitsamt kontaktiert werden können. D.h. wir werden Listen auslegen, in die ihr Euch eintragen müsst. Aber jeder für sich und mit 2 m Abstand. Also einer trägt sich ein, alle anderen haben 2 m Abstand. Erst wenn der erste weggegangen ist, kommt der nächste.

Zur Abschätzung der Anzahl der Teilnehmer bitten wir, dass ihr Euch vorher anmeldet. Bei der Skigymnastik gibt es dazu drei Wege: Über die WhatsApp-Gruppe der Skigymnastik, per Mail an [vorstand@skiclub-lintorf.de](mailto:vorstand@skiclub-lintorf.de) oder notfalls per Handy an 0171 56 15 258.

Teilnehmer am **Nordic Walking** melden sich bitte telefonisch an bei Petra Borjan unter Tel 02102/ 89 35 87.

Als letztes hier noch mal die „Regeln für Sportvereine“, herausgegeben von der Stadt Ratingen:

- Abstand von 1,5 bis 2 m zwischen Personen.
- Der Sport muss kontaktfrei durchzuführen sein.
- Das Sporttreiben muss an der frischen Luft möglich sein.
- Die Nutzung von Gesellschaftsräumen ist untersagt.
- Umkleidekabinen und Gastronomie bleiben geschlossen.
- Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen sind einzuhalten.
- Bekleidungswechsel dürfen nicht auf der Anlage erfolgen.
- Es darf keine Warteschlangen geben.
- Risikogruppen dürfen keiner Gefahr ausgesetzt werden.
- Zuschauer sind nicht erlaubt.

So das wars wieder ein Mal. Bis zum Donnerstag verbleibt mit sportlichem Gruß und den besten Wünschen für Eure Gesundheit

*Paul Held*

Ski-Club Lintorf 1991 e.V.

Zieglerstr. 50, 40878 Ratingen

Vorsitzender Paul Held

Vereinsregister Amtsgericht Düsseldorf VR 20564