

# Hygiene-Konzept für den Indoor-Sport der Damen-Fitness-Gruppe TSV Oldersbek

1. Die Teilnehmerinnen kommen bereits in Sportkleidung zum Sport.
2. Beim Betreten des Gebäudes wird der „Corona-Abstand“ eingehalten und es werden die Hände mit dem flüssigen Desinfektionsmittel, das die Gemeinde im Vorraum zur Verfügung stellt, desinfiziert.
3. Die Sportschuhe werden im Vorraum gewechselt.
4. Danach geht jede Teilnehmerin direkt in den Sportraum im OG. und nimmt dort einen mit Tesakrepp gekennzeichneten Platz (1,5 Meter Abstand zur nächsten Person) ein. Diese Position wird während der Übungsstunde eingehalten.
5. Um die Frischluftzufuhr im Raum zu gewährleisten, bleiben während der Übungsstunde mindestens zwei Fenster geöffnet; das gleiche gilt für die Tür zum Sportraum im OG.
6. Es dürfen maximal 20 Personen, die Mitglied im TSV Oldersbek sind, an der Sportstunde teilnehmen.
7. Vor Beginn der Übungsstunden fragt die Übungsleiterin, ob sich jede Teilnehmerin gesund fühlt und fieberfrei ist.
8. Die Übungsleiterin führt regelmäßig eine Namensliste, um ggf. Infektionsketten nachvollziehen zu können. Diese nimmt sie zur Sicherheit mit nach Hause und vernichtet sie entsprechend der zurzeit gültigen Vorschriften.
9. Jeglicher Körperkontakt muss bis auf Weiteres unterbleiben. Das gilt auch fürs Händeschütteln oder für Umarmungen.
10. Bei Verstoß gegen Verhaltensregeln oder Nichtbeachtung von Hygienemaßnahmen wird die betreffende Person von weiteren Sportstunden ausgeschlossen.
11. Benutzte Sport- bzw. Handgeräte werden am Ende der Übungsstunde mit den vom Verein zur Verfügung gestellten Desinfektionstüchern sorgfältig desinfiziert.
12. Die Toiletten mit Waschgelegenheit dürfen benutzt werden. Die Hygiene-Vorschriften sind auch hier zu beachten. Die Duschen werden nicht benutzt!

erstellt von Christa Jannusch-Hegener  
Trainerin für Fitness & Gesundheit

Oldersbek im August 2020