

ÜL Leitfaden beim Training/Wettkampf während COVID 19

(Stand 23.02.2022)

Distanzregeln und Mund Nasenbedeckung

Ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zu anderen Personen sollte eingehalten werden. Wo es erforderlich ist sollte immer eine Mund Nasen Bedeckung getragen werden.

Körperkontakte sollten gering gehalten werden

Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen, Jubeln oder Trauern in der Gruppe sollte komplett verzichtet.

Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren.

Bei gemeinsam genutzten Sportgeräten müssen diese nach jeder Trainingseinheit gereinigt werden. Dieses gilt auch für Sportgeräte die im Außenbereich genutzt werden. Das Benutzen von gemeinsamen Sportgeräten sollte möglichst unterbleiben.

Zutritt zur Sportanlage für Erwachsene

3 G Regel (Geimpft, Genesen oder Getestet)

Das Vereinsheim ist geöffnet

Mit wievielen Personen darf trainiert und 7 oder gespielt werden?

Keine Einschränkungen

Was ist mit Sportmaterial und Geräteräumen?

Es sollte auf die regelmäßige Desinfektion von benutzten Sport- und Trainingsgeräten geachtet werden.

Muss ich eine Maske tragen?

Bei der sportlichen Betätigung muss keine Maske getragen werden.

Zu den Umkleiden oder WC muss eine FFP 2 Maske getragen werden.

Darf ich mir etwas zu Essen und Trinken mitbringen?

Trinken sollten Sie insbesondere bei längeren sportlichen Betätigungen unbedingt. Bitte Getränke mitbringen.

Sind Zuschauer bei der sportlichen Betätigung oder Training und Spielen erlaubt?

Mit Abstand von 1,5 m ohne Maske bei geringer Abstand mit einer FFP 2 Maske

Jeder Zuschauer sollte sich freiwillig sich über die Corona Warn App einchecken . Der QR Code befindet sich an der Hallentür.

Sport In der Halle

Bitte solange in kleinen Gruppen vor der Halle warten bis die letzte Person der vorhergegangenen Gruppe die Halle verlassen hat. Am besten erst ca. 5 min vor Beginn anreisen. Während des Sportes wenn möglich für ausreichende Belüftung sorgen. Zwischen den einzelnen Gruppen soll eine Pause von 15 Minuten eingehalten werden. In der Pause alle Türen und wenn möglich Fenster öffnen. In den Duschen und Umkleiden bitte immer die Fenster geöffnet halten. Jeder Teilnehmer sollte ein Handtuch mitbringen für das Abwischen von Schweiß und ggf. als Unterlage.