

CORONA

-Hygieneregeln

Steigende Infektionszahlen haben dazu geführt, dass sowohl die Stadt Tübingen wie auch der WLSB Regeln für den Sportbetrieb formuliert haben. Ziel ist, den Sportbetrieb aufrecht zu erhalten und einen weiteren Lockdown zu verhindern. Für die Ambulante Koronargruppe Tübingen bedeutet das Maskenpflicht in allen Räumlichkeiten des Sportinstitutes.

- In den Fluren, in den Toiletten und bei der Eintragung in die Kurse ist das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes Pflicht.
- Lediglich bei der Aktivität in der Halle darf die Maske abgenommen werden.

Abstands -und Hygieneregeln

- Die Abstandsregel von 1,5 m Abstand zu anderen Personen gilt auf dem gesamten Gelände - Körperkontakt, d.h. Händeschütteln, Umarmen, Abklatschen etc. sind zu vermeiden.
- Bitte die Gymnastikmatten mit einem großen Tuch bedecken, oder eine eigene Matte mitbringen.
- Zur Einhaltung der Hygieneregeln ist neben Händewaschen die Benutzung der Desinfektionsspender nach Betreten des Gebäudes dringend geboten.
- Alle Handgeräte werden nach Benutzung desinfiziert.
- Die Hallen müssen 10 Minuten vor der vollen Stunde verlassen werden. Es darf kein Stau im Gang oder Treppenhaus entstehen.
- Auf die Wegeregelung im Sportinstitut ist streng zu achten.
- In der Sporthalle ist Umziehen untersagt, um einen zügigen Wechsel zwischen den Sportgruppen zu gewährleisten und die maximale Personenanzahl nicht zu überschreiten.
- Bitte achten Sie darauf, dass alle Räume regelmäßig und ausreichend gelüftet werden (Motto: lieber Jacke statt Quarantäne)
- Bei Symptomen wie Husten, Fieber (ab 38° Celsius), Atemnot, Erkältungssymptomen ist das Betreten des Gebäudes untersagt! Dies gilt auch, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen!
- Die Umkleiden und Duschen dürfen nicht benutzt werden, die Toiletten sind zugänglich.
- Das Eintragen in die Listen ist zwingend notwendig, damit alle Kontakte nachvollzogen werden können. Übungsleiter und Ärzte haben die Pflicht, das sicherzustellen.
- Vorstand und Trainer der Ambulanten Koronargruppe Tübingen bitten alle Mitglieder und Gäste nachdrücklich, diese Regeln zu beachten und uns alle bei der Einhaltung zu unterstützen.