

Hygienemaßnahmen:

- Kein Umziehen vor Ort möglich, schon in Sportkleidung kommen
- Kein Duschen möglich
- Hände vor und nach dem Training gründlich waschen, wenn vorhanden Desinfektionsmittel benutzen
- Mundschutz zum Betreten und Verlassen der Sporthalle tragen, erst auf seiner festen Position während der Sporeinheit abnehmen!
- 10 min Lüften der Halle bevor neue Gruppe eintritt
- Höchstens 25 Personen
- 2m Mindestabstand zwischen den Teilnehmern, während des Sportbetriebs besser größerer Abstand
- Eigene Gymnastikmatte mitbringen, wenn sie vom Skiclub ausgeliehen wird mit großem Badehandtuch komplett abdecken, nach Benützung desinfizieren
- Kleingeräte nach dem Sport desinfizieren
- Kein Austausch der Sportgeräte unter den TN, keine Partnerübungen d.h. kein Zirkeltraining möglich
- Allg. Hygieneregeln bei Husten und Niesen beachten
- Bei Anzeichen von Krankheit oder Kontakt mit Coronainfizierten darf die Sportstätte nicht betreten werden
- Es werden genaue Anwesenheitslisten geführt und im Falle einer Ansteckung an das Gesundheitsamt übergeben

Trotzdem ist Gymnastik möglich und Bewegung tut uns gut, lasst uns die Freude am Sport nicht verderben!