

## ALLGEMEINE REGELN & VORGABEN

**Abfrage des Gesundheitszustands** durch verantwortlichen Trainer **VOR** jeder Trainingseinheit.

Bei **Anzeichen von Krankheitssymptomen** oder bei Kontakt zu einer auf COVID-19 positiv getesteten Person (innerhalb der letzten 14 Tagen) **ZUHAUSE bleiben!**

**Teilnehmerliste ausfüllen** (und in Ordner abheften) - **JEDER Teilnehmer an JEDEM Training!**

**NUR Vereinsmitglieder bzw. Kursteilnehmer** vom SC Frankonia Großostheim 1900 e. V. dürfen bei Trainingseinheiten teilnehmen.

Einhaltung von **Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen**

- Händewaschen oder Verwendung des Hände-Desinfektionsmittels VOR & NACH Training (Desinfektionsmittel/Flüssigseife/Einmalhandtücher sind jeweils vorhanden)
- Desinfektion der gemeinsam genutzten Sportgeräte VOR & NACH Training
- Desinfektion der Matte NACH Training bzw. Nutzung
- Unterlegen eines großen Handtuchs während Training

Einhaltung der allgemeinen Nießetikette (in Armbeuge)

Der **Trainer/Übungsleiter hat die Einhaltung und Umsetzung der Hygiene-Auflagen** sicherzustellen.

In geschlossenen Räumlichkeiten, insbesondere beim Durchqueren von Eingangsbereichen, bei der Entnahme und dem Zurückstellen von Sportgeräten, bei der Nutzung der Umkleide sowie bei der Nutzung von WC-Anlagen, besteht in geschlossenen Räumlichkeiten Maskenpflicht.

Regelmäßiges und intensives **Lüften der Räumlichkeiten** (Sporthalle/Fitnessraum), damit ein kontinuierlicher Frischluft-Austausch gewährleistet werden kann.

**Vereinsräume** dürfen unter Berücksichtigung der allgemeinen Kontaktbeschränkung im öffentlichen Raum, des Allgemeinen Abstandsgebots und des Verbots von Veranstaltungen, Versammlungen und Ansammlungen genutzt werden. Vereinsitzungen, die üblicherweise nicht für ein beliebiges Publikum angeboten oder aufgrund ihres persönlichen Zuschnitts nur von einem absehbaren Teilnehmerkreis besucht werden, sind mit **bis zu 100 Teilnehmern in geschlossenen Räumen oder bis zu 200 Teilnehmern unter freiem Himmel** gestattet, wenn der Veranstalter ein Schutz- und Hygienekonzept ausgearbeitet hat und auf Verlangen der zuständigen Kreisverwaltungsbehörde vorlegen kann.

	OUTDOOR -Training an frischer Luft im Athleten <b>GARTEN</b>	INDOOR -Training in Athleten <b>HALLE</b>
<b>ERLAUBT</b>	Einhaltung der <b>Abstandsregel von mind. 1,5 m zwischen zwei Personen</b> Sporttreiben <b>ohne Obergrenze für die Anzahl der Teilnehmer der Trainingsgruppe</b> (ca. 7 m <sup>2</sup> pro Person)	Einhaltung der <b>Abstandsregel von mind. 1,5 m zwischen zwei Personen</b> Sporttreiben bis zu <b>max. 40 Personen in der Athletenhalle</b> (ca. 7 m <sup>2</sup> pro Person, <b>gleichmäßige Verteilung</b> )
	<b>kontaktfreie</b> Durchführung von Trainingsübungen	<b>kontaktfreie</b> Durchführung von Trainingsübungen <b>ODER</b> Training <b>mit Kontakt</b> in festen Trainingsgruppen, dabei darf die Trainingsgruppe in Kampfsportarten <b>höchstens fünf Personen</b> umfassen
	Öffnung der <b>WC-Anlagen</b> (Bitte 1,5 m Abstandsregelung beachten!)	Gruppenbezogene Trainingseinheiten/-kurse werden <b>INDOOR auf höchstens 120 Minuten</b> beschränkt, hiernach ist ein vollständiger Frischluftaustausch zu gewährleisten.
	Nutzung der <b>Umkleidekabinen</b> (Bitte 1,5 m Abstandsregelung beachten!)	Öffnung der <b>WC-Anlagen</b> (Bitte 1,5 m Abstandsregelung beachten!)
	Nutzung von <b>Nassräumen/Duschen</b> (Sammelduschen dürfen von einer einzigen Person genutzt werden - gleichzeitige Nutzung durch mehrere Personen ist untersagt, Lüftung anschalten)	Nutzung von <b>Nassräumen/Duschen</b> (Sammelduschen dürfen von einer einzigen Person genutzt werden - gleichzeitige Nutzung durch mehrere Personen ist untersagt, Lüftung anschalten)
	Nutzung der <b>Sauna</b> (Bitte 1,5 m Abstandsregelung zwischen den Sitzplätzen beachten! Temperatur mindestens 60 °C, Aufgüsse finden ohne Aufgussverteilung/"Wedeln" statt)	Die Nutzer von Indoorsportanlagen haben beim Betreten und Verlassen der Sportanlage sowie bei der Nutzung von Sanitärebenen (WC-Anlagen) eine <b>geeignete Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen, ausgenommen bei der Ausübung der sportlichen Aktivität.</b> Zwischen verschiedenen gruppenbezogenen Trainingseinheiten/-kursen ist die Pausengestaltung so zu wählen, dass ein vollständiger Frischluftaustausch stattfinden kann.
Nutzung von <b>Haartrockner mit mind. 2 m Abstand</b> zwischen den Geräten (Griffe der Haartrockner regelmäßig desinfizieren)	<b>LINE-DANCING</b> Zwischen zwei festen Tanzpartnern kann der Tanz auch mit Kontakt stattfinden. Zwischen den verschiedenen Tanzpaaren muss aber die Abstandsregel von mind. 1,5 m eingehalten werden. <b>Partnertausch oder Gruppentänze mit Kontakt sind deshalb nicht zulässig.</b> <b>Lüftung</b> der Halle nach jedem Training	
<b>LINE-DANCING</b> Zwischen zwei festen Tanzpartnern kann der Tanz auch mit Kontakt stattfinden. Zwischen den verschiedenen Tanzpaaren muss aber die Abstandsregel von mind. 1,5 m eingehalten werden. <b>Partnertausch oder Gruppentänze mit Kontakt sind deshalb nicht zulässig.</b>	Nutzung der <b>Sauna</b> (Bitte 1,5 m Abstandsregelung zwischen den Sitzplätzen beachten! Temperatur mindestens 60 °C, Aufgüsse finden ohne Aufgussverteilung/"Wedeln" statt)	
	Nutzung von <b>Haartrockner mit mind. 2 m Abstand</b> zwischen den Geräten (Griffe der Haartrockner regelmäßig desinfizieren)	
	Nutzung der <b>Umkleidekabinen</b> (Bitte 1,5 m Abstandsregelung beachten!)	
<b>VERBOTEN</b>	<b>Warteschlangen</b> beim Zutritt zu Anlagen <b>Zuschauer</b> besondere <b>Gefährdung von Personen der Risikogruppen</b> durch die Aufnahme des Trainingsbetriebs	<b>Warteschlangen</b> beim Zutritt zu Anlagen <b>Zuschauer</b> besondere <b>Gefährdung von Personen der Risikogruppen</b> durch die Aufnahme des Trainingsbetriebs

Wir bitten um entsprechende **Einhaltung** sowie vor allem um euer **Verständnis** und wünschen allen weiterhin **Gesundheit! +++ Die Gesundheit unserer Mitglieder steht an oberster Stelle! +++ Bei Fragen einfach melden! +++**  
Eure Vorstandschaft vom SC Frankonia Großostheim 1900 e. V.

**PS:** Änderungen der Vorgaben und mögliche erneute Schließung sind vorbehalten!

**#1Verein #1Team #DeinTeam**

Weitere Informationen unter: <https://www.corona-katastrophenschutz.bayern.de/faq/index.php>