



Regeln zum Kursablauf

WICHTIG: Voraussetzung für eine Kursanmeldung bzw. die Teilnahme:
Ich war in den letzten 14 Tagen in keinem, vom Auswärtigen Amt ausgewiesenen, Risikogebiet.

- Ich habe mich **online** zum Kurs angemeldet.
- Ich habe mindestens ein Handtuch mit.
- Ich komme direkt in Sportkleidung, betrete die Halle nur mit sauberen, trockenen Schuhen, die ich am Pausenstuhl gegen **Hallenschuhe tausche**.
- Ich warte, wenn möglich, im Auto, bis der/die Trainer/in ca. 5 - 10 Minuten vor Kursbeginn die Türe öffnet.
- Vor der Eingangstüre halte ich zu allen anderen Personen **mind. 2,00 m Abstand** und trage einen Mund-/Nasenschutz.
- Ich desinfiziere mir die Hände gründlich.
- Im Eingangsbereich wird der Kursbesuch in einer Anmelde-Liste erfasst.
- Ich gehe, unter Einhaltung der Abstandsregel (**2,00 m**) zu einem freien Pausenstuhl. Diese sind mit Sicherheitsabstand am Rand der Trainingsfläche aufgestellt. Darauf lege ich mein mitgebrachtes Handtuch. Auf dem Handtuch lege ich meine mitgebrachten Gegenstände, z.B. Trinkflasche, Schlüssel, Handtasche usw. ab. Hier darf ich meinen Mund-/Nasenschutz abnehmen. Diesen lege ich in einen mitgebrachten Beutel oder auf dem Handtuch ab.
- Anschließend gehe ich - unter Einhaltung der Abstandsregel (**2,00 m**)- zu einem freien Trainingsplatz. Bei Kursen mit Matte können diese am Platz ausgelegt werden.
- Trainingspausen werden von dem/der Trainer/in angekündigt und können am Trainingsplatz und auf dem Pausenstuhl abgehalten werden.
- Nach Kursende lege ich meinen Mund-/Nasenschutz an, packe meine Sachen und gehe zum Verlassen der Halle, unter Einhaltung der Abstandsregeln (**2,00 m**), zum hinteren Hallenausgang. Hier desinfiziere ich meine Hände.
- Im Außenbereich achte ich auf die Abstandsregel von **2,00 m**.

Sollten obenstehende Regeln nicht genau befolgt werden, hat der Trainer/die Trainerin das Recht und die Pflicht zum Schutz aller, die/die Teilnehmende/n der Halle zu verweisen oder notfalls den Kurs zu beenden.