

Hygienevorschriften für Sportkurse

Zum Schutz eurer Gesundheit bitte ich euch, folgende Regeln zu beachten:

- Bitte tragt eine Mund- und Nasenbedeckung im Gebäude (beim Betreten und Verlassen, beim Gang zur Toilette).
- Bitte haltet den Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen ein. (Ausnahme: Personen des gleichen Hausstandes)
- Bitte vermeidet Körperkontakt wie Händeschütteln oder Umarmungen.
- Bitte wascht regelmäßig eure Hände. Nutzt hierfür die auf den Toiletten bereitgestellte Seife und Papierhandtücher.
- Bitte niest und hustet in die Armbeuge oder in ein Taschentuch.
- Bitte bringt eure eigenen Gymnastikmatten mit.
- Bitte bleibt bei Erkältungssymptomen (Fieber, Husten, Schnupfen) zu Hause.
- Bitte bleibt zu Hause, wenn ihr in den letzten vierzehn Tagen Kontakt zu einer COVID-19-infizierten Person hattet.
- Bitte habt Verständnis dafür, dass die Teilnehmerzahl im Kursraum begrenzt ist.
- Personen, die sich nicht an die geltenden Vorschriften halten, müssen leider vom Kurs ausgeschlossen werden.

Vielen Dank für euer Verständnis und eure Mithilfe!

Wir werden trotz der kleinen Einschränkungen bestimmt wieder tolle Kursstunden zusammen haben.