

Lockerungen im Sport ab 19. September 2020

Die wichtigsten Regeln Schutz-/Hygienemaßnahmen

- ✓ Mindestens 1,5 m Abstand halten
- ✓ Regelmäßiges Händewaschen
- ✓ Sportgeräte nach Gebrauch desinfizieren
- ✓ Maskenpflicht vor und nach dem Sport
- ✓ Kurse mit festem Teilnehmerkreis
- ✓ Verstärkte Reinigung von Kontaktflächen
- ✓ Bei Krankheitssymptomen kein Sport
- ✓ Umkleiden sind geöffnet
- ✓ Duschen sind gesperrt.

Regeln für den Indoorsport

- ✓ Abstand halten
- ✓ Wo es geht Körperkontakt vermeiden
- ✓ Hygieneregeln einhalten
- ✓ Max. 120 Minuten Training
- ✓ Maskenpflicht beim Betreten und Verlassen von Materialräumen
- ✓ Regelmäßiges Lüften von Räumen