



## Hygienekonzept der Kraftsportabteilung inklusive Ergänzungen vom 21.9.2020

- **Bitte beachten, es müssen unbedingt alle Vorschriften eingehalten werden, da ansonsten der Kraftsportraum wieder geschlossen wird! Jeder Trainierende ist für die Einhaltung dieser Vorschriften verantwortlich.**

- **Anmeldung: Achtung: Änderung**

Da nur eine bestimmte Anzahl von gleichzeitig Trainierenden erlaubt ist, bitte **in Zukunft in die aufliegende Anmeldungsliste** (in Druckbuchstaben) vorm Kraftraum rechtzeitig eintragen. Am besten mehrere Tage vorher, damit auch sichergestellt ist, dass noch freie Plätze verfügbar sind. Wer unangemeldet kommt, wird bei Vollbelegung nicht zum Training zugelassen oder muss außerhalb der Sportanlage warten bis ein freier Platz zur Verfügung steht.

- Bei Antritt des Trainings ist der Name und die Zeitdauer des Trainings in die aufliegende **Anwesenheitsliste** einzutragen (in Druckschrift!)
- **Trainingsdauer:**  
Maximale Trainingsdauer: **neu: 2 Stunden**. **Ab 17 Uhr wird gebeten nur ca. 1 Stunde zu trainieren, damit auch andere Sportler zum Zuge kommen. Seid fair!!!**  
**Geöffnet: Montag bis Freitag von 8 Uhr bis 21.30 Uhr**

- **Desinfektion:**  
nach **jedem** Training bitte die **benutzten Geräte** mit **Flächendesinfektionsmittel** reinigen.  
Für die **Handdesinfektion** gibt es gesonderte Behälter!

- **Lüftungskonzept:**  
Fenster und Türen sind immer nur im geöffneten Zustand erlaubt. Deshalb bitte Sweatshirt mitbringen.

- **Anzahl der Teilnehmer pro Raum: (wie bisher)**  
**Kleiner Ausdauerportraum maximal 4 Personen,**  
**Großer Kraftraum maximal 8 Personen**

- **Schutzmaske** tragen beim Betreten und Verlassen der Sporträume, sowie beim Holen und weglegen der Tools. Während der Übung kann die Schutzmaske abgelegt werden.
- Beim Betreten der Räume unbedingt **Hände desinfizieren**
- Keine Straßenschuhe, sondern nur **Turnschuhe** die nicht „outdoor“ getragen werden benützen. Außerdem ist wie bisher „Handtuchpflicht“.
- **Neu:** Sanitäranlagen und Umkleidekabinen: Diese sind ab sofort benutzbar unter folgenden Bedingungen:  
**Umkleiden maximal 4 Personen gleichzeitig.**  
**Duschen maximal 2 Personen gleichzeitig.**
- nach **jedem** Training bitte die benutzten Geräte mit Desinfektionstüchern reinigen.
- Die parallele Nutzung der Geräte ist untersagt. Das heißt, dass das unmittelbare Nebengerät nicht gleichzeitig benutzt werden kann.
- Mindestabstand beachten bei Ein- und Austritt an der Eingangstür
- Die Ein- und Ausgangstüren bleiben durchgehend geöffnet
- Der Aufenthalt auf der Treppe und dem Zugangsbereich zum Krafraum ist untersagt.
- Bitte soweit als möglich in Sportkleidung kommen. Jacken und Mäntel können im Gang vor dem Krafraum aufgehängt werden.

**Wir bitten alle Sportler um ein faires Miteinander durch die Einhaltung aller Vorschriften um der besonderen Situation gerecht zu werden und es jedem Mitglied zu ermöglichen im Rahmen der Vorschriften am Training teilzunehmen.**

Bei Fragen oder Problemen wendet Euch bitte an das Kraftsportteam. Namen und Telefonnummern sind aus den aufliegenden Flyern bzw. Infokarten zu entnehmen.