

Corona 1X1 für Herzsport

Vorbereitung

- Bitte in Sportkleidung kommen.
- Wenn möglich einen eigenen Stift mitbringen.
- Bitte so wenige Sachen wie möglich dabei haben.
- Bei Erkältungssymptomen bitte zuhause bleiben.

Herzsport wird vorerst **im Freien** am SGA-Sportzentrum stattfinden.

Im Freien

- Abstand halten. (Mindestabstand 1,5m)
- Mund- und Nasenschutz tragen. (außerhalb der sportlichen Aktivität)
- Beschilderungen bitte folgen.
- Umkleiden und Duschen sind geschlossen.
- Bitte max. 10 Minuten vor Stundenbeginn erscheinen.

Vor dem Sport

- Hände vor Beginn der Stunde desinfizieren.
- Es muss einmalig die Einverständniserklärung zur Teilnahme am Rehasport unterschrieben werden.
- Es ist zwingend erforderlich sich in die Teilnehmerliste einzutragen. Wenn möglich, bitte einen eigenen Stift nutzen.
- Materialien für die Sportstunde mitnehmen.

Während des Sports

- Mund- und Nasenschutz kann bei ausreichendem Abstand abgenommen werden.
- Abstandsregelungen bitte einhalten.
- Ein Tausch der Materialien ist nicht möglich.

Nach dem Sport

- Geräte nach Anleitung des Übungsleiters desinfizieren.
- Mund- und Nasenschutz aufsetzen.
- Gelände zügig verlassen.

Im Sportzentrum

- Abstand halten. (Mindestabstand 1,5m)
- Mund- und Nasenschutz tragen. (außerhalb der sportlichen Aktivität)
- Einbahnstraßen und Beschilderungen bitte folgen.
- Umkleiden und Duschen sind geschlossen.
- Bitte max. 10 Minuten vor Stundenbeginn erscheinen.

Vor der Halle/dem Sport

- Schuhe bitte vor der Halle ausziehen, mitnehmen und Hallenschuhe an zugewiesenem Platz anziehen.
- Hände am Eingang desinfizieren.

- Es muss einmalig die Einverständniserklärung zur Teilnahme am Rehasport unterschrieben werden.
- Es ist zwingend erforderlich sich in die Teilnehmerliste einzutragen. Wenn möglich, bitte einen eigenen Stift nutzen.
- Materialien für die Sportstunde mitnehmen.

Während des Sports

- Mund- und Nasenschutz kann bei ausreichendem Abstand abgenommen werden.
- Abstandsregelungen bitte einhalten.
- Ein Tausch der Materialien ist nicht möglich.

Nach dem Sport

- Geräte nach Anleitung des Übungsleiters desinfizieren.
- Mund- und Nasenschutz aufsetzen.
- Raum nach Anweisung des Übungsleiters verlassen.
- Sportzentrum zügig verlassen.

Die gesetzlichen Krankenversicherungen haben sich auf eine einheitliche bundesweite Regelung zum (max.) Verlängerungszeitraum verständigt:

Im Zeitraum vom 16.03.2020 bis 31.03.2021 bewilligte Verordnungen (Muster 56):
Bei Verordnungen (Muster 56), die in diesem Zeitraum bewilligt wurden bzw. noch bewilligt werden, wird die Anspruchsdauer automatisch um **sechs Monate** verlängert.

Nach dem 31.03.2021 bewilligte Verordnungen (Muster 56):
Es gilt die von der Krankenkasse bewilligte Anspruchsdauer.