

Corona 1X1 für das 1 zu 1 Training

Vorbereitung

- Wenn möglich in Sportkleidung kommen.
- Mund- und Nasenschutz mitnehmen.
- Bei Erkältungssymptomen bitte den Termin absagen.
- Um unnötige Wartezeiten zu vermeiden zur ausgemachten Uhrzeit am SGAktiv Eingang/Ausgang (Hintereingang gegenüber der Tennishalle) erscheinen, dort wird man vom Trainer in Empfang genommen.
- 1-2 Handtücher mitnehmen (wenn möglich ein Badetuch).

Im Sportzentrum

- Abstandsregeln beachten.
- Mund- und Nasenschutz tragen.
- Eingang/Ausgang SGAktiv nutzen.
- Wenn möglich schon umgezogen zum Sport erscheinen.
- Umkleiden 10 und 11 sind nutzbar.
- Direkten Weg zu Halle 5 nutzen.
- Beim Gang zur Umkleide / Halle/ Toilette Mund- und Nasenschutz tragen.

Vor dem Sport

- Beim Eintreten in die Halle Hände desinfizieren.
- Desinfektionsflasche mitnehmen.

Während des Sports

- Abstandsregeln beachten.
- Mund- und Nasenschutz kann beim Training unter Einhaltung der Abstandsregeln abgenommen werden.
- Benötigte Materialien (Matten/ Kleingeräte/ Geräte) werden nach der Benutzung desinfiziert.
- Auf gutes Raumklima wird geachtet (Lüften vor und nach dem Sport/ je nach Wetterlage auch während des Sports).

Nach dem Sport

- Desinfektionsflaschen beim Verlassen der Halle am Ausgang in die bereitgestellte Box stellen.
- Beim Gang zur Umkleide/ SGAktiv Ausgang Mund- und Nasenschutz tragen.

Stand: 04.02.2021