



## Hygienevorschriften für Trainingsteilnehmer/innen des SSV Almersbach-Fluterschen e. V. – Kurzfassung (Kabine)

- Erkältungssymptome??? Dann keine Trainingsteilnahme!
- **Positiver Corona-Test (auch im eigenen Haushalt) – mind. 14 Tage Trainingsverbot!**
- Keine körperlichen Begrüßungsrituale (zum Beispiel Händedruck) durchführen
- Den Anweisungen des Trainers/der Übungsleiterin sowie des Vorstandes ist Folge zu leisten
- Bei Ansprachen Abstandsregeln einhalten
- **Alle Trainings- und Spielformen können wieder mit Körperkontakt durchgeführt werden**
- **Maximale Gruppengröße: 30 Personen**
- Beim Trainer/der Übungsleiterin vorab anmelden zur Dokumentation der Trainingsteilnahme (bei Nichtmitgliedern zusätzlich Aufnahme der Kontaktdaten)
- Auf Fahrgemeinschaften ist möglichst zu verzichten (oder mit MNS), Eltern bringen Kinder nur hin (kein Verweilen, Warteschlangen vermeiden)
- Frühestens 10 Minuten vor Trainingsbeginn kommen
- Umgezogen zum Platz kommen und nur zum eigenen Training
- Umkleidekabinen und Duschen sind beim Training nicht zur Benutzung freigegeben
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training – duschen zuhause
- **Zuschauer möglich unter Einhaltung des Mindestabstandes**
- Zugang zu Toiletten und Waschbecken
  - o Die Umkleieräume sind nur einzeln und nur zum Zweck der Toilettennutzung und der Händereinigung zu betreten
  - o es ist ausschließlich die Toilette in der Heimkabine zu nutzen
  - o Nach dem Toilettengang die Toilette mit dem bereitgestellten Desinfektionsmittel einsprühen (dies macht der Benutzer selbst bzw. ein erwachsener Betreuer beim Kinderturnen)
  - o Das Handwaschbecken befindet sich in der Schiedsrichterkabine – dort mit Flüssigseife die Hände waschen und mit Papierhandtuch abtrocknen
  - o Im Anschluss besteht auch die Möglichkeit der Händedesinfektion
- Vor und nach dem Training Handreinigung durch Waschen oder Desinfektion
  - o Handwaschbecken in der Schiedsrichterkabine (Flüssigseife und Papierhandtücher nutzen)
  - o Händedesinfektionsspender im Eingangsbereich oder der Heimkabine
  - o Nur einzeln betreten, beim Warten Abstand einhalten
- Eigene Getränkeflasche und ggf. Handtuch mitbringen
- Spucken und Naseputzen auf dem Feld vermeiden
- Benutzte Trainingsgeräte nach dem Training reinigen/desinfizieren – ggf. auch zwischendurch
- Kein gemeinschaftlicher Verzehr von Speisen und Getränken am Sportplatz/Trainingsgelände. Die Hütte bleibt geschlossen.
- Der Trainer/die Übungsleiterin ist verantwortlich für die Einhaltung der Regeln und jeder einzelne Sportler für sich!