

BACK TO THE COURT

Checkliste für die Halle (Corona-VO vom 23.06.2020)

Das bringe ich mit:

- ⚡ Einen Mund- und Nasenschutz, sowie Hallenschuhe.
- ⚡ Kleidung kann im Umkleideraum gewechselt werden.

Ich verspreche, mich an diese Regeln zu halten:

- ⚡ **Ich gehe nicht ins Training, wenn ich mich krank fühle – auch bei leichten Symptomen. Wenn ich vor weniger als 14 Tagen Kontakt zu einer infizierten Person hatte, bleibe ich zuhause. Ich sage in beiden Fällen sofort meinem Coach Bescheid. Lieber einmal zu viel, als einmal zu wenig Alarm schlagen!**
- ⚡ **Beim Warten vor der Halle bis zum Erreichen des Spielfeldes trage ich einen Mund-/Nasenschutz!**
- ⚡ Die Abstandsregeln von mindestens 1,50 m zu allen anderen sind bei der Ankunft, während dem Training und auf dem Heimweg einzuhalten.
- ⚡ Der Weg in die Halle geht über die Treppe zu dem Umkleideraum, der meinem Trainingsdrittel am nächsten liegt. **Nicht gemeinsam gehen und immer den Abstand einhalten!**
- ⚡ Im Umkleideraum beim Umziehen Abstand halten und nicht unnötig lange verweilen.
- ⚡ Die persönlichen Sachen (inklusive Mund-/Nasenschutz) werden entlang der rechten Seitenlinie des Spielfeldes mit 1,50 m Abstand zu den nächsten abgelegt.
- ⚡ Als erstes werden die Hände gründlich mit Wasser und Seife gewaschen.
- ⚡ **Ich fasse nichts an, was mir nicht gehört** und halte Sicherheitsabstand zu fremden Sachen (ausser Bällen).
- ⚡ Wenn Übungen und Spiele mit engem Kontakt ausgeführt werden, bedeutet das nicht, dass die Abstandsregel aufgehoben ist. Wann immer es möglich ist, halte ich einen **Abstand von mindestens 1,50 m bis zu 3 m zu allen Personen**. Das Berühren anderer Personen ist nur dann erlaubt, wenn eine Übung oder das Spiel dies erfordert.
- ⚡ Während des Trainings höre ich genau auf die Anweisungen meines Coaches. Wenn ich etwas nicht verstanden habe, frage ich meinen Coach.
- ⚡ Zum Ende des Trainings werden die Bälle mit Reinigungsmittel (Wasser und Seife) gewaschen und abgetrocknet.
- ⚡ **Nach dem Training** verlasse ich **mit Mund-/Nasenschutz** die Halle, wasche meine Hände oder dusche. Im Dusch- und Umkleideraum muss der Abstand eingehalten und nicht länger, als nötig verweilt werden.
- ⚡ Die Halle wird über den Turnschuhgang und die vorderste Tür des ersten Hallendrittels durch die Aussentür verlassen. **Dabei auf die Einhaltung des Sicherheitsabstands achten!**
- ⚡ **Wer sich nicht an die Regeln hält, wird nach Hause geschickt!**

Die zulässige Maximalteilnehmerzahl stellt inzwischen keine ernsthafte Beschränkung mehr dar, wegen der man die Teilnahme regulieren müsste.

Dennoch bitten wir weiterhin um eine Anmeldung zu den jeweiligen Terminen, damit wir besser planen können.

Wegen der stark abweichenden Räumlichkeit der Sporthalle der Friedrich-Realschule sind die Wege dort anders und werden von den Trainer*innen vorgegeben.

Die grundsätzlichen Abläufe und Verhaltensregeln sind gleich!