



SPORT-INFO

Hygienekonzept Sport Regeln für den Sportbetrieb

Freiluftaktivitäten erleichtern die Einhaltung von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko (Laufen, Nordic Walking, Radfahren)

Einhaltung eines Mindestabstands von 1,5 bis 2m - auch bei Gerätenutzung. Lieber etwas mehr Abstand für unvorhergesehene Bewegungen.

Der Zugang zur Sporthalle ist nur mittels Transponder möglich.

Beim Betreten und Verlassen der Sporthalle sowie bei der Entnahme und dem Zurückstellen von Sportgeräten ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen. Beim Sportbetrieb selbst müssen keine Masken getragen werden.

Begrüßungsrituale (Abklatschen, Umarmungen) sind unbedingt zu vermeiden.

Die Sporthalle ist nach Beendigung der Aktivität unverzüglich zu verlassen.

Gesellige Zusammenkünfte nach dem Sport sind untersagt.

Die Hygieneregeln beim Husten und Niesen sind konsequent einzuhalten.

Zur Handhygiene ist der im Eingangsbereich der Sporthalle bereitgestellte Desinfektionsmittelspender zu nutzen.

Material/Sportgeräte können nur individuell genutzt werden.

Jeder Teilnehmer reinigt das benutzte Sportgerät vor und nach dem Training mit den zur Verfügung gestellten Desinfektionsmitteln.

Eine Mattennutzung ist nur mit einem Handtuch gestattet.

Keine Partner- und Gruppenübungen.

Kontaktfreie Durchführung aller Sportmaßnahmen (d.h. keine Ballsportarten wie Volleyball, Basketball, Fußball, Hockey wie auch Beachvolleyball).

Distanzfreier Sport ist zu bevorzugen (Badminton, Tischtennis, Fitnessgeräte)

Allein ausführender Ballsport zur Technikerhaltung ist möglich (Fußball, Basketball, Volleyball)

Bei einem möglichen Sportangebot für Gruppen ist die Nutzung auf max. 20 Personen und auf höchstens 60 Minuten begrenzt. Bei vollständig herabgelassenem Trennvorhang ist die Nutzung jeder Hallenhälfte mit max. 20 Personen und für 60 Minuten möglich.

Hierbei ist die Leitung durch einen Übungsleiter/Trainer erforderlich. (z.B. Rückenfit, Bauch-Beine-Po, C-Fit, ZUMBA, STEP).

Für jede Sportausübung gilt: Umkleiden, Sanitär- und Waschräume in der Sporthalle sind nicht nutzbar.

Während des Prüfungsbetriebs in der Sporthalle sind die besonderen Nutzungsregelungen zu beachten. (entfällt?!)

Personen

- mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen
 - oder mit unspezifischen Allgemeinsymptomen oder Fieber
 - oder akuten respiratorischen Symptomen jeglicher Schwere
- sind vom Sportbetrieb ausgeschlossen.

Nutzer haben sich vor dem Betreten der Sporthalle in die ausliegende Teilnehmerliste einzutragen. Kontrollen werden durchgeführt!

Gerhard Ried – Beauftragter Hochschulsport