



„Die Spielmäuse e.V.“ – Aktiv für alle Familien in Giesen

30. Mai 2020

Liebe Mitglieder, liebe Sportfreunde,

für uns ist es nach wie vor unumgänglich, dass wir die Vorgaben und Regularien strikt einhalten.

Jedoch ist aktuell wieder Sport in der Halle möglich, bevorzugt sollte jedoch die Trainingseinheit im Freien erfolgen!

**Für den Sport in der Halle ist unbedingt Folgendes einzuhalten:**

- **Kenntnisnahme und Unterschrift auf dem Konzept zum Sport in der Halle**
- **eine Rückmeldung vor der ersten ! Teilnahme,**  
**per E-Mail an: [vorstand@spiemaeuse-giesen.de](mailto:vorstand@spiemaeuse-giesen.de) erforderlich.**  
**Eine Unterschrift in der Anwesenheitsliste vor Beginn der Übungseinheit ist verpflichtend**

### **Gruppe A**

- Die Teilnehmer/innen kommen **bitte pünktlich um 9.00 Uhr** mit einer Mund-Nasen-Bedeckung und gehen dann mit Abstand in das Gebäude.
- Die Hallentür ist **zu Beginn der Sporteinheit wieder verschlossen.**
- Alle Teilnehmer/innen waschen gründlich ihre Hände im Sanitärbereich ( Desinfektion ).
- Die Teilnehmer/innen gehen in den Hallenbereich - hier ist bitte unbedingt das Eintragen in die Anwesenheitsliste vorzunehmen (Bitte einen eigenen Stift mitbringen! )
- Kontrolle der Einträge durch die Kursleitung Bea Witt vor Beginn der Yogaeinheit.
- Bei der Positionierung der „eigenen“ Sportmatte bitte darauf achten, dass man nicht im direkten Kontakt zu den anderen TN steht ( Abstand mindestens 2m bitte immer einhalten ).
- **Die Sporteinheit geht von 9.00 bis 9.45 Uhr.**
- Um 9.45 Uhr gehen alle Teilnehmer mit Abstand aus dem Raum und verlassen direkt das Gebäude.

### **Gruppe B**

- Die Teilnehmer/innen warten bitte seitlich der Eingangstür.
- Die Teilnehmer/innen kommen **bitte pünktlich um 9.50 Uhr** mit einer Mund-Nasen-Bedeckung und gehen dann mit Abstand in das Gebäude.
- Die Hallentür ist **zu Beginn der Sporteinheit wieder verschlossen.**
- Alle Teilnehmer/innen waschen gründlich ihre Hände im Sanitärbereich ( Desinfektion ).
- Die Teilnehmer/innen gehen in den Hallenbereich - hier ist bitte unbedingt das Eintragen in die Anwesenheitsliste vorzunehmen (Bitte einen eigenen Stift mitbringen! )
- Kontrolle der Einträge durch die Kursleitung Bea Witt vor Beginn der Yogaeinheit.
- Bei der Positionierung der „eigenen“ Sportmatte bitte darauf achten, dass man nicht im direkten Kontakt zu den anderen TN steht ( Abstand mindestens 2m bitte immer einhalten ).
- **Die Sporteinheit geht von 9.50 bis 10.35Uhr.**
- Um 10.40 Uhr gehen alle Teilnehmer mit Abstand aus dem Raum und verlassen direkt das Gebäude.



„Die Spielmäuse e.V.“ – Aktiv für alle Familien in Giesen

Giesen, Juni 2020

**Auf folgende Dinge müssen und möchten wir gern hinweisen und möchten euch ebenso bitten, die Kenntnisnahme mit eurer Unterschrift zu bestätigen.**

**Bitte bringt dieses Schreiben zur ersten Sportstunde unterschrieben mit und legt es in den Ablagekorb.**

**Alle Sportlerinnen und Sportler müssen bitte unbedingt die folgenden Regeln einhalten:**

- Feste Gruppenstruktur – kein Wechsel unter den Gruppen
- ausreichend großer Abstand zwischen allen Personen (mind. zwei Meter)
- Beim Sport atmen Menschen tiefer aus und ein, als im sonstigen Leben. Deshalb können sie potentiell auch beim Ausatmen etwaige Corona-Viren in einem etwas weiteren Umkreis verbreiten
- kontaktfreie Durchführung aller sportlichen Betätigungen
- ausnahmslose Nutzung des eigenen Equipments ( Matten, Decken, .... )
- keine Nutzung von Sportgeräten aus dem Hallenbestand
- konsequente Einhaltung von Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen
- Umkleidekabinen bleiben geschlossen
- Die Toilette darf genutzt werden.
- Bekleidungswechsel und Körperpflege bitte zu Hause erledigen
- Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen / Vermeidung von Engpässen und Warteschlangen
- Nutzung von Gesellschafts- und sonstigen Gemeinschaftsräumen bleibt leider ebenfalls untersagt
- Keine Zuschauer!
- Mund-Nasenbedeckung beim Kommen und Gehen bitte tragen!
- Während der Yogastunde ist das Tragen einer Mund-Nasenbedeckung nicht erforderlich!
- 
- **Nur, wer mit eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen.**
- **Personen, bei denen Covid-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen ( nach der behördlich angeordneten Quarantäne ) und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen.**

<b>Name</b>	
<b>Adresse</b>	
<b>PLZ – Wohnort</b>	
<b>Telefonnummer</b>	
<b>E-Mail</b>	

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift des Teilnehmers im Sport: \_\_\_\_\_