

Allgemeine Verhaltensregeln zur Infektionsbekämpfung:



Halten Sie beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen und drehen Sie sich am besten weg. Niesen und husten Sie in die Armbeuge oder ein Papiertaschentuch, das Sie danach entsorgen.



Halten Sie die Hände vom Gesicht fern, vermeiden Sie es, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.



Vermeiden Sie Berührungen, wenn Sie andere Menschen begrüßen. Halten Sie einen Abstand von mindestens 1,5 m zu anderen Menschen. Tragen Sie bitte einen Mund-Nasenschutz.



Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mindestens 20 Sekunden lang mit Wasser und Seife.



Teilen Sie Gegenstände wie z. B. Arbeitsmittel oder Trainingsgeräte (Pylone) möglichst nicht mit anderen Personen.



Reinigen Sie benutzte Gegenstände gründlich und auch beim Verlassen oder vor Benutzung, wenn Sie diese mit anderen Personen teilen. In Toiletten stehen entsprechende Hilfsmittel zur Verfügung.

Bitte im eigenen Interesse beachten !

Diese Mitteilung ist nur von Mitgliedern, die am Training teilnehmen wollen, zu unterzeichnen und vor dem Training abzugeben. Das unterzeichnete Exemplar verbleibt beim Verein.

Ich habe die Regeln für den Trainingsbetrieb verstanden und zur Kenntnis genommen:

Name, Vorname

Datum

Unterschrift

Die ausgegebenen Regeln gelten bis auf Weiteres und können, unter Berücksichtigung aktueller Vorgaben geändert werden.