



Nordic Walking im Corona-Format

Liebe Nordic Walker,

wir walken weiter. Nicht in der Form, wie wir sie kennen. Wir walken auf Abstand – aber wieder in kleinen Gruppen gemeinsam.

Wir freuen uns, wenn wir Dich wieder bei der ein oder anderen Einheit sehen, bitten Dich jedoch auch, **Deine persönliche Gesundheit immer an erste Stelle zu stellen und eine Teilnahme sowie das damit verbundene Risiko an einer Bewegungseinheit in der Gruppe für Dich abzuwägen.** Wir tasten uns in einer Probephase an „Walken mit Abstand“ heran. Vielleicht müssen wir noch an der ein oder anderen Schraube drehen. Die Nordic Walking Einheiten sehen vorläufig jedenfalls wie folgt aus:

- Ihr startet in Euren gewohnten Gruppen in der Woche ab Montag, 18.5.2020.
Die Gruppe montags Abends von Elke pausiert bis Mitte Juni.
- Die max. Gruppengröße beträgt 7 Walker plus Übungsleiter
- Der Mindestabstand nebeneinander beträgt 1,5 Meter, hintereinander beträgt der Mindestabstand 5 Meter.
- Bei Ausweichmanövern reduziert sich der Abstand hintereinander auf 2,50 m.
- Jegliche Körperkontakte müssen unterbleiben.
- Die Anmeldung erfolgt über ein Online-Anmeldeverfahren auf www.me-sport.de bis 12 Uhr am Tag des Treffs. Bei Treffs am Vormittag bitte bis 18Uhr des Vorabends.
- **Teilnehmen darf nur, wer angemeldet ist, da wir die Infektionsketten im Zweifel nachweisen müssen. Die Anmeldezeiten werden hierfür 4 Wochen gespeichert.**
- Treffpunkte werden durch den Übungsleiter im Vorfeld des Treffs kommuniziert.
- Das Tragen eines Buff-Tuches wird angeraten, um im Bedarfsfalle auf eine Maske zurückgreifen zu können.
- Die Einhaltung der Spielregeln ist wesentlich für unsere Gesundheit und auch die Aufrechterhaltung des gemeinsamen Sportelns im Verein. Bei Zuwiderhandlung wird me-sport dies durch einen Verweis aus der Sportgruppe konsequent ahnden.

Wir freuen uns auf euch - **#seiaktivbleibgesund #gemeinsamgegendasvirus #gemeinsamfürME**

Euer Nordic- Walking Team