

Liebe Mitglieder,

wir freuen uns gemeinsam mit Euch wieder in den Sport starten zu dürfen und einen Weg in eine neue Normalität des Sports zu finden.

An erster Stelle steht nach wie vor Eure Gesundheit. Daher solltet Ihr grundsätzlich für Euch selbst und individuell entscheiden, ob Euer derzeitiger Gesundheitszustand oder die Zugehörigkeit zu einer Risikogruppe eine sportliche Betätigung zu lässt.

Die CoronaSchutzVerordnung in ihrer jeweils gültigen Fassung (aktuell: 30.5.2020), das Infektionsschutzgesetz, die Vorgaben der Sportfachverbände und die Nutzungsbedingungen für städtische Sportanlagen stellen die Rahmenbedingungen für die Möglichkeiten unseres gemeinsamen Sporttreibens.

Daher sind folgende Verhaltensregeln im Vorfeld der aktiven Teilnahme an einem me-sport Angebot aktiv durch die Teilnehmer, also durch Dich, anzuerkennen.

Die Anerkennung erfolgt durch die online-Anmeldung oder durch Unterschrift unter diesem Dokument und Abgabe beim Trainer vor Trainingsaufnahme.

## Allgemeine Rahmenbedingungen zum Sportbetrieb

- ▶ Die **Gruppengrößen** sind gemäß den geltenden Vorgaben angepasst/verkleinert (10 TN + Trainer/ 30.05.2020). Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 10m<sup>2</sup> pro Teilnehmendem für nicht Teamsport. (Stand 30.05.2020)
- ▶ **Anwesenheitslisten** für Trainingseinheiten und Sportkurse müssen durch die Übungsleiter verbindlich und zuverlässig geführt werden, um mögliche Infektionsketten auf Aufforderung des Gesundheitsamtes zurückverfolgen zu können.  
Hierfür sind zwei Verfahren möglich:
  1. Online-Meldeverfahren, das zeitgleich die Anerkennung der Corona-Spielregeln und die Datenschutzerklärung durch das Mitglied beinhaltet.
  2. Mannschafts-Teilnehmerlisten plus eine zusätzliche schriftliche Erklärung des Mitglieds, das die Anerkennung der Spielregeln bestätigt, die durch den Übungsleiter eingesammelt werden muss.
- ▶ **Gesundheitszustand:** Jeder Teilnehmende und Trainer muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung sowie vor Beginn der Sporteinheit gegenüber dem Trainer bestätigen.
  1. Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
  2. Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
  3. Vor und nach der Sporteinheit muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
- ▶ **Hygienemaßnahmen** (mind. 1,50 - 2m Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände und Nießetikette) werden eingehalten.
- ▶ **Keine Umkleiden und Duschen:** Alle Teilnehmer reisen individuell und bereits in Sportbekleidung zur Sporteinheit an.
- ▶ **Auf Fahrgemeinschaften** wird verzichtet.
- ▶ **Sporttasche und co:** Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt. Gleiches gilt für eigene Matten oder Sportgeräte.
- ▶ **Pause zwischen den Sporteinheiten muss für mindestens 10 Minuten** vorgesehen werden, um **Hygienemaßnahmen durchzuführen**, einen **kontaktlosen Gruppenwechsel** zu ermöglichen und die **Räumlichkeit/Trainingsfläche zu lüften**. Jegliche Körperkontakte, z. B bei der Begrüßung müssen unterbleiben.

- ▶ **Pause während der Sporteinheit** muss mit Abstand erfolgen (spezielle Pausenzonen sind hierfür vorzusehen).
- ▶ **Material:** Matten müssen durch die Teilnehmer selbst mitgebracht werden. Sportmaterial/ Trainingsmaterial ist nur sparsam einzusetzen. Es muss nach Nutzung desinfiziert werden. Zuständig ist hierfür der Übungsleiter. Einbauten in den Hallen wie Taue, Ringe und ähnliches dürfen nicht genutzt werden. Geräteraume sollten nur einzeln durch den Trainer betreten werden.
- ▶ **Abstand während der Sporteinheit:** der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sporteinheit muss eingehalten werden. Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität ist es ratsam, den Mindestabstand großzügig auszulegen. Outdoor Sport darf seit 30.5.2020 mit Kontakt / ohne Abstand stattfinden.
- ▶ **Mund-Nasen-Schutz** muss beim Betreten und Verlassen der Sportanlagen getragen werden und kann während der Sporteinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein.
- ▶ **Körperkontakt** muss während Indoor Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen. (Stand 30.05.2020)
- ▶ **Anweisungen:** Lautes Sprechen, Rufen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.
- ▶ **Verlassen der Sportfläche:** Dies muss unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden beim Übungsleiter geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Toilettenanlagen. Nach dem Toilettengang sind die Hände gründlich mit Seife zu waschen.
- ▶ **Gästen und Zuschauer** ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet.
- ▶ **Verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporteinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln.** Nach Beendigung des Angebotes muss der Mund-Nasen-Schutz wieder angelegt werden. Die Übungsleiter lüften die genutzten Räumlichkeiten/Trainingsflächen.
- ▶ Den Anweisungen der Platzwarte, Hausmeister, sowie me-sport Mitarbeitern ist Folge zu leisten.

Die Anerkennung und Einhaltung der o. g. Auflagen und Hygienebestimmungen der CoronaSchutzVerordnung, die Vorgaben der Fachverbände sowie die städtische Nutzungsordnung für Sporteinrichtungen in ihren jeweils gültigen Fassungen sind Voraussetzung für die Teilnahme am me-sportSportbetrieb.

Verstöße gegen dieses Regelwerk werden mit sofortigem Ausschluss vom Sportbetrieb geahndet.

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich dieses Regelwerk für mich bzw. in Vertretung meines minderjährigen Kindes an.**

---

Name des Sportlers	Vorname	Abteilung	Unterschrift
--------------------	---------	-----------	--------------

---

**Bei Minderjährigen - zusätzlich:** Name/ Vorname des Erziehungsberechtigten                      Unterschrift

**Hinweis:**

**Unterzeichnung und Abgabe beim Übungsleiter ist nur notwendig, sofern die Anmeldung zum Sportangebot nicht ONLINE erfolgte.**

# Verhaltensregeln für das me-sport STUDIO:

## Allgemeines

- ▶ Die Teilnahme am Studio-Training ist **ausschließlich** nach **Onlineanmeldung** über die Homepage oder nach **telefonischer Anmeldung** (immer eine Woche im Voraus) möglich.
- ▶ Falls Du deine gebuchte Trainingszeit NICHT nutzen kannst, ist eine Abmeldung unter me-9578450 erforderlich.
- ▶ Um möglichst vielen Mitgliedern die Teilnahme zu ermöglichen kann **max. an zwei Einheiten à 90 Minuten pro Woche** teilgenommen werden.
- ▶ Verzichtet auf **Fahrgemeinschaften** in der Corona-Zeit.
- ▶ Kommt bitte bereits in **Sportbekleidung** zum Training und bringt ein großes **Handtuch** und ein **Getränk** mit.
- ▶ Betreten und Verlassen des STUDIOS ist nur mit **Mundschutz** und unter Einhaltung des **Mindestabstandes** und der **Hygieneregeln** erlaubt. (Umkleiden / Duschen und Sauna sind geschlossen!)
- ▶ Der **Check-In** zum bereits angemeldeten Training erfolgt **kontaktlos**.
- ▶ **Wertgegenstände** verbleiben während des Trainings beim Trainierenden.
- ▶ Bitte **kurz vor Beginn** erscheinen und das STUDIO nach dem Training über die gekennzeichneten Ausgänge **zügig verlassen** (Einbahnstraßen-Regelung beachten).

## Beim Gerätetraining

- ▶ **Vermeide Körperkontakt** zu anderen Personen.
- ▶ Der **Mindestabstandes** (1,5m) und die **Hygieneregeln** sind beim Training zu beachten und einzuhalten.
- ▶ **Ausdauertraining** ist nicht gestattet. Unsere Ausdauergeräte dürfen ausschließlich zum **Aufwärmen (max. 10 min.)** unter Einhaltung des Mindestabstandes genutzt werden.
- ▶ Die **Kontaktflächen jedes Trainingsgeräts** (durch Kopf, Rumpf und Beine) werden während der Nutzung mit einem großen Handtuch abgedeckt.
- ▶ Die **Desinfektion sämtlicher Kontaktflächen** der Geräte erfolgt unmittelbar nach jedem Trainingszeitraum durch das STUDIO Team.
- ▶ Training ist sowohl mit als auch ohne **Mundschutz** und **Handschuhen** möglich.

## Beim Kurstraining

- ▶ **Vermeide Körperkontakt** zu anderen Personen.
- ▶ Der **Mindestabstand** (2,0m) und die **Hygieneregeln** sind beim Training zu beachten und einzuhalten.
- ▶ Training ist sowohl mit als auch ohne **Mundschutz** und **Handschuhen** möglich.
- ▶ Es ist erforderlich, seine eigene Matte zum Training mitzubringen.
- ▶ **Equipment** wird nach der Nutzung durch uns **desinfiziert**.
- ▶ Die **Kursteilnehmer verlassen** das Studio durch den **Notausgang in Kursraum 1**

**Wir wünschen Euch viel Spaß beim Sport unter Corona-Bedingungen und bedanken uns für Euer Verständnis. Nur wenn wir alle gemeinsam diese Regeln beachten und umsetzen, kann ein dauerhafter Sportbetrieb aufrecht erhalten bleiben.**