

# Hygiene-Konzept des Velpker Sportvereins 1928 e.V. zur Öffnung öffentlicher Sportstätten

Zur Teilnahme am Training erkenne ich, \_\_\_\_\_,  
Mitglied des Velpker Sportvereins 1928 e.V./ FC Nordkreis 2010 e.V./ JSG-  
Nordkreis, folgende Regeln an und beachte sie.  
Mir ist bekannt, dass bei Nichteinhaltung oder Verstoß ich vom Training  
ausgeschlossen werden kann.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Mitglied und Erziehungsberechtigter  
(bei Minderjährigen)

- Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft ventiliert wird, sind mindestens 2,00 bis 4,00 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten.
- Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.
- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe.
- Kein Helfen und Sichern durch Trainer/innen und Mittrainierende.
- Eigene Matte mitbringen.
- Auf die Nutzung von Kleingeräten wenn möglich verzichten bzw. nur eigene Kleingeräte nutzen oder nur mit dem eigenen Körpergewicht trainieren.
- In Sportkleidung zum Training gehen.
- Keine Nutzung von Garderoben, Duschen, Gemeinschaftsräumen.
- Keine Fahrgemeinschaften zum Training oder Wettkampf.
- Teilnehmer kommen möglichst passend zum Kursbeginn (max. 5 min früher).
- Teilnehmer verlassen nach Beendigung des Trainings umgehend die Sportstätte.
- Jegliches Treffen und Austausch vorher und im Nachgang sind untersagt.
- Der gemeinsame Verzehr von Speisen und Getränken ist untersagt. (eigene gefüllte Trinkflasche mitbringen ist möglich)
- Auch beim Kommen und Gehen sind die Abstandsregeln einzuhalten.
- Selbstverständlichkeit: Nur, wer in 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 und mit ärztlichem Zeugnis wieder am Training teilnehmen.