



## Corona Regeln ab Montag 19.10.2020 kurz und bündig



### A) Für alle Sportarten:

- Alltagsmaske für alle, bei Abständen unter 1,50 m (außer Kids U6)
- Hygiene (**Händedesinfektion für alle!** mit Beginn und am Ende des Sports und in (Trinkpausen) – **Verantwortlich: Übungsleitung!**)
- Lüften zwischen den Trainingseinheiten und während des Sport
- Alltagsmaske immer von Grenze Schulgelände bis in die Sporthalle (und zurück).
- Einbahnregelung wo möglich (**Kids werden begleitet**, Eltern informieren wo die Kids rauskommen)
- **Konsequentes Führen der Kontakt-/ und Trainingslisten und Versand an Vorstand! unmittelbar nach dem Training. Die Listen müssen im Vorstand 4 Wochen nachgewiesen werden.**  
Listen gehören nach dem Training in den Briefkasten hinter den Judomatten (AFS) oder in die Tasche des ÜL!  
– Datenschutz!
- **Keine Trainings bei Erkältungssymptomen**
- Sporthallen sind konsequent zu verschließen, Maximalbelegung der Umkleiden beachten
- Gruppen betreten / verlassen Sporthallen pünktlich
- **Desinfektion Geräte / Kontaktflächen = Organisationszeit = Zeit der nutzenden Gruppe!**
- In den Sporthallen sind die Wege frei zu halten = Schuhe / Bekleidung kommen in die Umkleide!
- Trinkpausen mit Abstand!
- Verzicht auf Begrüßungsrituale und Kuschelrunden.
- **Probetrainings nur mit schriftlicher Anmeldung (eMail) beim Vorstand und vorheriger Genehmigung/Freigabe durch die Übungsleiter**
- **Begleitpersonen nur in Gruppen U18, für gilt Begleitpersonen: Händedesinfektion, Kontaktliste eintragen UND MNB Pflicht auch auf den Sitzplätzen! // Keine Zuschauer just for fun! Oder weil es kalt ist**
- **Bei falschen Angaben der Kontaktdaten = Regelbußgeld = 250 €**

Wer positiv getestet wurde, bitte unmittelbar vertraulich mit dem Vorstand telefonieren!

### B) Nichtkontakt-Sportarten zusätzlich zu A)

(Yoga, Pilates, Zumba, .....)

- Mindestabstand 1,50 m (je nach Sportart und Intensität auch mehr)
- Bei unterschreiten des Mindestabstands = MNB!
- Konsequentes Desinfizieren der Kontaktflächen der Geräte (Barren, Griffmulden an den Kästen ...)
- 

### C) Kontaktsportarten zusätzlich zu A)

(Jiu Jitsu, TKD, Rollsport, Volleyball, Basketball, Futsal, Ballsport, Fit4Fun)

- Aussetzen von Gasttraining-Teilnehmern (bis auf weiteres), die auch in anderen Vereinen oder Gruppen trainieren
- Verzicht auf Teilnahme von Kontakt Sports in mehreren Vereinen (Verstoß gg Corona-Weisungen der Behörden (eine Kontaktgruppe darf nicht gemischt werden!))
- Sind Übungsleitungen als aktive Sportler in Kontaktsportarten (egal ob nur TuS oder auch andere Vereine) tätig, **ist die Leitung der Trainings** nur mit Abstand (und MNB) möglich.
- Im Kampfsport Untergruppen bilden, keine Vermischung der Gruppen bei Trinkpausen
- Trinkpausen in getrennten Bereichen anordnen
- Jiu Jitsu: Training mit **sauberen** Socken!, nicht barfuß, Verzicht auf Bodenrandori ÜL / Teilnehmer
- **Konsequente Maskenpflicht außer während des unmittelbaren Trainings und in Trinkpausen!**

**Bitte die Regeln konsequent mit Augenmaß umsetzen und höflich bleiben. Bislang dürfen wir Sport treiben weil wir verantwortungsvoll trainiert haben. Die ersten Sportvereine in NRW sind bereits wieder zu!**