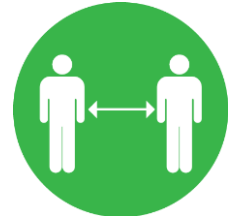


So schützen wir uns beim



1. Ins Training komme ich nur, wenn ich absolut Symptomfrei bin.



2. Ich beachte die Social Distancing (1.5m) und Hygienevorschriften.

3. Ich melde mich mind. 24h vor dem Training ab, sollte ich einmal nicht können. Im Falle von Krankheit ist natürlich ein kurzfristiges Abmelden möglich.



4. Ich bin pünktlich bereit fürs Training.



5. Ich ziehe mich wenn möglich zu Hause um.

6. Die Sportschuhe ziehe ich wenn möglich vor dem Einlass zum Training vor der Türe an.



7. Ich gehe vor dem Training zu Hause auf die Toilette und benütze nur wenn zwingend notwendig die Toiletten im Trainingsraum oder der Turnhalle.



8. Ich komme mit einer gefüllten Trinkflasche zum Training.



9. Ich nehme die Maske nur fürs Training ab. Beim Aufstellen und Abräumen der Tische tragen wir Masken.

