



# Hygieneregeln Training

Stand: 25. Mai 2020

Auf Grund der bestehenden Infektionsgefahr durch das Corona-Virus gelten für den Trainingsbetrieb bis auf weiteres die folgenden Richtlinien:

- Personen mit Symptomen ansteckender Erkrankungen (z.B. Husten, Schnupfen, Fieber) dürfen nicht am Training teilnehmen oder die Sportstätten betreten. Zudem muss gewährleistet sein, dass für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person bestand.
- Keine Fahrgemeinschaften zum und vom Training.
- Bitte schon umgezogen in Sportkleidung und mit eigenem Mund-Nasen-Schutz an- und abreisen.
- Bitte vermeidet grundsätzlich das Bilden von Gruppen vor und in den Sportstätten.
- Es gilt ein Mindestabstands von 2 Metern zu anderen Personen.
- Umkleidekabinen und Duschen bleiben geschlossen bzw. werden nur als Durchgang genutzt. Toiletten können genutzt werden.
- Keinerlei Körperkontakt vor und während des Trainings.
- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen sind zu vermeiden.
- Keine Zuschauer. Kinder dürfen von erwachsenen Personen begleitet werden.
- Die Gruppengrößen müssen an die geltenden Abstandsregeln angepasst und ggf. verkleinert werden. Es gilt eine Fläche von wenigstens 10 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer/in.
- Es ist bei jeder Trainingseinheit eine Teilnehmerliste zu führen. Auch Begleitpersonen sind darin aufzunehmen. Jede Teilnehmerliste wird umgehend fotografiert und an den Corona-Beauftragten gesendet:  
Dirk Pfuhl, E-Mail: [webmaster@karateverein-zanshin.de](mailto:webmaster@karateverein-zanshin.de)
- Darüber hinaus gelten die Empfehlungen zur Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie des Landesportbund Niedersachsen e.V. vom 13. Mai 2020.  
<https://www.lsb-niedersachsen.de/landessportbund/alltag-mit-corona/>