



A) SCHUTZMAßNAHMEN

1. ABSTAND HALTEN:

Oberstes Gebot ist die Einhaltung der Mindestabstandsregel von 1,5 Metern zwischen Personen.

- i. Dafür haben wir vor der Tür, im Flur und auf dem WC der Taekwondo Schule Bodenmarkierungen angebracht. Falls mehrere Mitglieder gleichzeitig in die Taekwondo Schule eintreten wollen, kann man mit Hilfe der Markierungen Abstand halten.
- ii. Vor der Schule darf sich keine Warteschlange bilden.
- iii. In der Halle haben wir ebenfalls Markierungen angebracht. Man steht nur auf seiner zugewiesenen Matte und bleibt beim Training auch innerhalb der Matte.

2. AUSSCHLUSS VOM TRAINING:

Für folgende Personen ist das Betreten der Taekwondo Schule untersagt:

- Personen mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen und
- Personen mit Erkrankungssymptomen für Covid-19 (z. B. Atemprobleme, Fieber, trockener Husten, Verlust des Geschmackssinnes, Übelkeit, Durchfall etc.)



3. MASKENPFLICHT:

Außerhalb des Trainings ist in geschlossenen Räumen, insbesondere beim Betreten und Verlassen der Taekwondo Schule, im Flur sowie bei der Nutzung von WC-Anlagen eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.

4. HYGIENE

Bitte, **regelmäßig & gründlich Hände waschen**: Hände von allen Seiten bis zum Handgelenk mit Seife einreiben und nach 30 Sekunden unter fließendem Wasser abspülen. Anschließend die Hände mit einem trockenen und sauberen Handtuch o. Papierhandtuch abtrocknen.

Desinfektionsmittel benutzen, wenn keine Möglichkeit zum Waschen der Hände besteht.

5. VERHALTEN BEI HUSTEN ODER NIESEN:

Halten Sie beim Husten oder Niesen Abstand zu anderen Personen. Husten oder niesen Sie, wenn möglich, in Papiertaschentücher oder halten Sie die Armbeuge vor Mund und Nase. Taschentücher oder Papierhandtücher nur in einem Mülleimer entsorgen.



B) VERHALTENSREGELN

Darüberhinaus sind folgende Verhaltensregeln zu beachten:

1. UMGEZOGEN ERSCHEINEN

Die Nutzung von Umkleidekabinen ist nicht möglich. Daher Taekwondo Anzug oder Sportbekleidung bereits Zuhause anziehen.

2. KEINE ZUSCHAUER

Eltern bzw. Begleitpersonen dürfen Ihre Kinder nur vor und nach dem Training vorbeibringen bzw. abholen.

3. HALLENEINLASS

Der Einlass zu Halle ist erst 5 bis 10 Minuten vor dem Trainingsbeginn möglich, damit das Durchqueren des Eingangsbereichs möglichst kontaktlos erfolgt. Nach Eintritt der Schule wird jedem eine individuelle Fläche zugeteilt. Die Maske und z.B. Schlüssel, Portemonnaie oder andere Wertgegenstände können in einem individuell zugewiesenen Regal abgelegt werden.

4. TRAININGSSCHUHBEKLEIDUNG BENUTZEN

Während des Trainings sind geeignete Taekwondo Schuhe oder Turnschlappchen zu tragen. Zu Ihrem Wohl haben wir uns entschieden, dass alle im Training eine geeignete Schuhbekleidung anziehen. Bitte besorgen Sie entweder Taekwondo-Schuhe oder Turnschlappchen. Zur Not kann man in den ersten Wochen mit Socken trainieren.

5. DESINFIZIEREN DER HÄNDE

...vor und nach dem Training. Dafür stellen wir geeignete Desinfektionsmittel zur Verfügung.