



1. Es besteht eine **Testpflicht**, das bedeutet, dass entweder:

- ein tagesaktueller Point-of-Care (PoC)-Antigen Test mit negativem Ergebnis
- oder der Nachweis einer vollständigen Covid-19-Impfung (14 Tage vergangen seit der letzten notwendigen Impfung)
- oder der Nachweis einer Genesung nach einer Covid-19-Erkrankung (positives Testergebnis mindestens 28 Tage nach und nicht älter als sechs Monate) vorliegen muss.
- **Der Test muss** dem anwesenden Trainer vorgezeigt werden. Falls kein Trainer vor Ort ist, **muss der Test in der Geschäftsstelle oder bei der Haustechnik** vorzeigt werden, ansonsten ist kein Training möglich.

2. Im gesamten Gebäude gilt Maskenpflicht! Zum Sporttreiben darf sie abgenommen werden.

3. Der Zugang ist nur über den Haupteingang möglich. Dem gelben Leitsystem folgen!

4. Personenobergrenze im Fitnessraum sind 11 Sportler.

5. Im Fitnessraum ist der Eintrag in eine Anwesenheitsliste (gut leserlich) zwingend erforderlich.

6. Die Umkleieräume sollen genutzt werden (3 Personen gleichzeitig). Die Duschen müssen geschlossen bleiben. Die Toiletten sind selbstverständlich im oberen Bereich zugänglich. Bitte kommt, wenn möglich, umgezogen in Sportkleidung, Straßenschuhe müssen gegen Sportschuhe im Umkleideraum getauscht werden.

7. Die Fenster und/oder Türen bleiben zur besseren Belüftung geöffnet.

8. Bringt bitte ein großes Badehandtuch oder zwei normale Handtücher mit.

9. Leider ist das Training mit extremer Anstrengung (Aerosole) untersagt!

10. Der Ausgang ist nur über den Sportplatz möglich!

Alles Weitere zum Training und zu den vorgeschriebenen Hygienemaßnahmen erfahrt ihr im Fitnessraum.

Wir freuen uns auf Euch!

Eurer Fitnessteam