

Hygieneschutzkonzept für den Gymnastikraum Yoga Sylvia Glas



Quelle: Hygieneschutzkonzept des SV Waldperlach
Stand 06.06.2020



Organisatorisches

- ▶ Sämtliche Duschen und Umkleiden sind weiterhin geschlossen und dürfen nicht genutzt werden.
- ▶ In den Toiletten stehen ausreichend Seife und Einmalhandtücher zur Verfügung.
- ▶ Während der Kurse ist sicherzustellen, dass die Lüftungsanlage läuft. Dies liegt in der Verantwortung der ÜbungsleiterInnen.
- ▶ Die Trainingsdauer wird pro Gruppe auf max. 60 Minuten beschränkt.
- ▶ Nach Abschluss der Trainingseinheit muss der Trainingsraum und auch das Vereinsgelände unmittelbar verlassen werden (keine Grüppchenbildung).

Maßnahmen vor Betreten der Sportanlage

- ▶ Vor Betreten der Sportanlage werden die Teilnehmer bereits auf die Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 Metern hingewiesen.
- ▶ Bei Betreten des Geländes und Gebäudes gilt eine Maskenpflicht (inkl. Toiletten, Vereinsgelände). Die Maske darf erst nach Erreichen der eigenen Yogamatte im Gymnastikraum abgenommen werden.
- ▶ Der Zugang erfolgt ausschließlich über die Außentreppe, die direkt zum Gymnastikraum führt. Eine Begegnung auf der Treppe ist zu vermeiden - bitte oben warten, bis die Treppe frei ist.
- ▶ Bitte wartet bei Gruppenwechsel draußen oben im Treppenbereich bis die Vorgängergruppe den Gymnastikraum bzw. Umkleidebereich komplett verlassen hat. Keine Durchmischung.
- ▶ Zum Händewaschen vor Kursbeginn wird die Schuhwaschanlage im Außenbereich genutzt.
- ▶ Seife und Desinfektionsmittel stehen bereit.

Generelle Sicherheits- und Hygieneregeln

- ▶ Personen, die Krankheitssymptome aufweisen, wird das Betreten der Sportanlage und die Teilnahme am Kurs untersagt.
- ▶ Wird dennoch rückwirkend eine Erkrankung festgestellt ist der ÜL bzw. der SVW unverzüglich zu informieren.
- ▶ Es ist immer mindestens 1,5 Meter Abstand zu anderen Personen zu halten.
- ▶ Kein Körperkontakt zu anderen Personen (z. B. Begrüßung, Verabschiedung, etc.)
- ▶ Vor und nach dem Training (z.B. Gardaroben, Toiletten, etc.) gilt Maskenpflicht.
- ▶ Es müssen namentliche Anwesenheitslisten geführt werden.

Spezielle Hinweise Yoga

- ▶ Korrekturen des ÜL erfolgen nur verbal ohne Körperkontakt.
- ▶ Es sind eigene Yogamatten mitzubringen!
- ▶ Hilfsmittel wie Yogaklötze, Faszienrollen, Bälle etc. müssen ebenso von jedem Teilnehmer selbst mitgebracht werden.
Vereinsmaterialien dürfen derzeit nicht verwendet werden.
- ▶ Die Musikanlage soll möglichst nicht benutzt werden.
- ▶ Die Matten sind auf den bestehenden Markierungen zu platzieren (Mindestabstand!)
Damit ergibt sich eine max. Teilnehmerzahl von 7 Personen + Übungsleiter pro Kurs.

Matten Aufbauplan

