

Kursstart schon nächsten

# Montag, 28. September 2020

Liebe Mitglieder der SPORTUNION TRAISMAUER!

Nach einer sehr intensiven Woche, verbunden mit vielen Telefonaten und umfangreichen Vorbereitungen können wir ab Montag in die neue Kurssaison starten. Möglich macht dies folgende Regelung: In einer Sportstätte können auch mehrere Gruppen mit je 10 Personen parallel trainieren. Die wichtigste Voraussetzung dabei ist allerdings, dass eine Durchmischung der Gruppen komplett ausgeschlossen werden kann.

Selbstverständlich hat die Gesundheit unserer Mitglieder oberste Priorität. Um ein sicheres Ankommen und einen reibungslosen Kursbetrieb für euch bieten zu können, haben wir uns im Vorfeld einiges überlegt! Dadurch wird sich auch das Training aufgrund der Hygienemaßnahmen anders gestalten als bisher, dennoch soll die Freude an der gemeinsamen Bewegung in der Gruppe im Vordergrund bleiben!

## SICHERHEITSVORKEHRUNGEN:

- Ab sofort stehen **zwei Eingänge**, jeweils mit einem **kontaktlosen Desinfektionsständer** zur Verfügung bzw. besteht die Möglichkeit sich die Hände zu waschen (idealerweise vor und nach der Einheit)
- Personen, die **bereits in Sportbekleidung** kommen, können bequem ebenerdig den **Eingang bei der Rampe** nehmen. Im Vorraum vor der Turnhalle stehen Garderobenständer für Jacken bereit
- Für jene, die sich umkleiden müssen, steht der Eingang wie gewohnt zu den Garderoben im Keller zur Verfügung!
- **ACHTUNG: Die Halle darf nicht mit Straßenschuhen betreten werden!** Bei beiden Eingängen bieten die Räumlichkeiten genug Platz um die Schuhe zu wechseln.
- Die Halle wird künftig zwei Bereiche geteilt! Für Personen, die aus der Garderobe vom Keller können den hintere Bereich der Turnhalle nutzen (gem. Plan: Gruppe A) Für jene, die den Eingang seitlich bei der Rampe nutzen, (gem. Plan: Gruppe B) steht der vordere Bereich bei der Bühne bereit
- Zwischen den Kursen findet eine Pause von 15 Minuten statt! In dieser Zeit wird im Trainingsraum ausreichend gelüftet.

## Bitte beachte folgende CORONA-RICHTLINIEN während des Kursbetriebes:

- Die wohl wichtigste Regel für das Indoor-Training lautet: **Personen, die Symptome aufweisen oder sich krank fühlen, dürfen am Sportbetrieb nicht teilnehmen.** Damit übernimmt man nicht nur Verantwortung für die eigene Gesundheit, sondern schützt auch alle anderen vor einer Ansteckung!
- Bringe eine **eigene Matte** mitbringen!!!!
- Generell ist beim Aufenthalt **1m Meter Abstand** zu halten. Bei der Sportausübung selbst muss kein Mindestabstand eingehalten werden
- Beim **Betreten der Sporthallen muss** der Mund-Nasen-Schutz, kurz **MNS** genannt, **getragen werden**. Bei der unmittelbaren Sportausübung braucht man keinen MNS
- Wohin mit dem MNS während des Trainings? Ideal ist **kleines Sackerl** (z. B. Gefrierbeutel mit Zipp) um diese **sauber** zu halten. Wir werden an beiden Eingängen Plastiktaschen bereitstellen
- Komme, wenn möglich bereits in **Trainingsbekleidung** und kurz vor Beginn der Einheit. Dadurch vermeidest du den Kontakt mit mehreren Personen in den Garderoben
- Die **allgemeinen Hygieneregeln** (regelmäßiges Händewaschen, nicht mit den Händen ins Gesicht greifen, in Ellenbeuge oder Taschentuch Husten oder Niesen) sind einzuhalten