



## Hygieneregeln für Sportler der DJK Arminia Ibbenbüren bezüglich der Nutzung des Holsterkampfbades in Zeiten der Corona-Pandemie

### Gefährdungshinweis

Solange die Corona-Pandemie noch nicht eingedämmt ist, besteht bei der gemeinsamen Ausübung von Sport in einer Gruppe trotz umfangreicher Sicherheitsmaßnahmen immer noch ein Restrisiko für die Teilnehmer/innen, sich mit dem Virus SARS-CoV-2 zu infizieren. Teilnehmer/innen mit Vorerkrankungen oder höheren Alters sind dabei besonders gefährdet. Die Teilnahme an einem Sportangebot der DJK Arminia Ibbenbüren erfolgt freiwillig, auf eigene Verantwortung und auf eigenes Risiko.

### Teilnahmeverbot

Am Sportangebot dürfen Personen, die

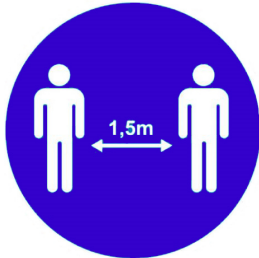
- akute gesundheitliche Einschränkungen haben oder Krankheitssymptome aufweisen (bereits leichtes Fieber, trockener Husten oder Müdigkeit können Anzeichen einer Infektion mit dem Coronavirus sein)
- oder in den letzten zwei Wochen Kontakt zu einer infizierten Person hatten,

**nicht** teilnehmen.



# Sport gemeinsam erleben

## Grundsätzliche Vorschriften



Alle Teilnehmer/innen haben immer einen Mindestabstand von 1,5 Metern voneinander einzuhalten. Dies gilt sowohl in den Nebenräumen als auch während der Übungseinheit im Wasser. Bitte keine Grüppchen bilden, weil dabei die Gefahr des Nichteinhaltens des Abstandes besonders groß ist.



Beim Betreten und Verlassen des Bades ist ein Mund-Nase-Schutz zu tragen. Er darf erst im Umkleidebereich abgesetzt werden. Während der Übungseinheit braucht kein Mund-Nase-Schutz getragen werden.



Den Anweisungen der Übungsleiterin/des Übungsleiters ist ausnahmslos Folge zu leisten. Die im Bad aushängenden Hinweise, Pläne und Beschilderungen sind zu beachten. Weitere Informationen sind auf der Homepage des Vereins abrufbar.

## Ablauf der Übungseinheit

- Die Teilnehmer/innen haben in möglichst leicht zu wechselnder Kleidung zu erscheinen. Es ist ein großes Handtuch oder ein Badetuch mitzubringen, das als Sitzunterlage in der Schwimmhalle zu verwenden ist. Weitere Gegenstände wie z. B. Trinkflaschen dürfen nicht in die Halle mitgenommen werden.



## Sport gemeinsam erleben

- Die Teilnehmer/innen treffen sich kurz vor Beginn der Übungseinheit vor dem Bad. Dort werden sie von der Übungsleiterin/dem Übungsleiter abgeholt und betreten dann mit dem notwendigen Abstand nacheinander das Hallenbad.
- Für das Umkleiden sind vorzugsweise die Einzelkabinen zu nutzen. In den Gemeinschaftskabinen ist besonders auf die Einhaltung des Mindestabstands zu achten.
- Es dürfen nur die freigegebenen Kabinen, Flächen, Spinde, Duschen, Sitzplätze usw. benutzt werden. Das Betreten bzw. Nutzen abgesperrter Bereich oder Einrichtungen ist verboten.
- Die freigegebenen Duschen dürfen vor und nach der Übungseinheit genutzt werden. Die Abstandsregel ist zu beachten.
- Die Nutzung von Haartrocknern ist verboten.
- Für den Ein- und Ausstieg ins Becken dürfen nur die Treppe und die Einstiegsleitern genutzt werden. Sprünge vom Beckenrand oder von den Startblöcken sind nicht zulässig.
- Nach der Übungseinheit haben die Teilnehmer/innen das Bad unverzüglich zu verlassen. Auf dem Weg von der Umkleidekabine nach draußen ist wieder ein Mund-Nase-Schutz zu tragen. Der Aufenthalt im Eingangsbereich ist nicht erlaubt. Teilnehmer, die von der Übungseinheit abgeholt werden, müssen im Außenbereich warten - auch bei schlechtem Wetter.