



Kneipp – Sport - Kurse in Coronazeiten

(Grundlage ist die Niedersächsische Verordnung v.22.06.2020 und die Empfehlungen des Landessportbund)

1. Alle Teilnehmer müssen sich aus organisatorischen Gründen erst bei Peggy Ahlborn unter 05137-818852 anmelden. Hier werden sie über die Regeln belehrt und dies wird dokumentiert.
2. Nicht angemeldete Teilnehmer werden von den Übungsleitern weggeschickt.
3. Die Teilnehmerzahl muss reduziert werden je nach Raumgröße. Dies gilt im Treff gleichwohl in Turnhallen, PTZ oder Lehrschwimmbecken. Vor Ort gelten die jeweiligen Auflagen der Örtlichkeiten zusätzlich.
4. Zum Kurs bitte immer in Sportsachen erscheinen, nur die Schuhe werden vor Ort gewechselt. Wenn möglich die eigene Matte, Handtuch, Sportgerät selbst mitbringen. Ansonsten müssen die benutzten Utensilien desinfiziert werden. Jeder bringt sein eigenes Getränk mit.
5. Warteschlangen, Ansammlungen sind zu vermeiden, genauso wie Gesprächsgruppen ohne Mund-Nase-Schutz und ohne Abstand! Am besten nur 5 min. eher da sein und den vorgesehenen Platz einnehmen. Am Übungsplatz kann ohne Mundschutz trainiert werden.
6. Es ist nur kontaktloser Sport erlaubt mit 2 m Abstand.
7. Hust-/ und Niesetikette ist einzuhalten. Niemand kommt krank zum Sport.
8. Die Trainingsörtlichkeiten werden nach dem Sport bitte zügig verlassen.
9. Die Anwesenheit wird von den Übungsleitern festgehalten.
10. Outdoorkurse können momentan mit 9 Teilnehmern plus Übungsleiter stattfinden, natürlich unter Einhaltung des Abstandes.

Viel Spaß und vielen Dank für euer Verständnis!