** Leitfaden für Teilnehmer/innen**

1. Personen mit **Krankheitssymptomen müssen zu Hause bleiben**(kein Training!)
2. Im gesamten Gebäude besteht Maskenpflicht
3. Trainingsgruppen sind von dem Trainer festgelegt und gleich zu belassen (keine kurzfristigen Veränderungen können vorgenommen werden)
4. Trainingseinheiten müssen mit der Anwesenheitsliste (Vorlage) protokolliert werden (Nach jedem Training die unterschriebenen Listen zur Geschäftsstelle bringen– falls geschlossen bitte Briefkasten verwenden)
5. Umkleideräume sind geöffnet es können max. 4 Personen gleichzeitig in der Umkleiden sich aufhalten. Bitte zügig Schuhe und Jacken wechseln.
6. Der Übungsleiter holt seine Trainingsgruppe immer am festgelegten Seiteneingang/ Geschäftsstelle ab.
7. Gruppenbezogene Trainingseinheiten sind auf 60min beschränkt.
8. Auf Abstand achten und Pünktlich sein sonst Trainingsausschluss/keine Trainingsteilnahme möglich
9. Zwischen den Trainingsgruppen muss ein zeitlicher Puffer von min 15 min liegen. Der Raum muss 15 min vollumfänglich gelüftet werden. Dazu sind alle Fenster zu öffnen.
10. Die Distanz von mind. 2 Metern zwischen Übungsleiter/Trainer/Trainierenden ist strikt einzuhalten
11. Körperkontakt ist zu vermeiden: kein Handshake, kein Abklatschen oder andere Begrüßungsrituale vor, während und nach dem Training.
12. Trainingsgeräte müssen vor und nach der Trainingseinheit desinfiziert werden sowie auch der Bodenbereich um das Rad. Das müssen die Teilnehmer erledigen.
13. Falls ihr feststellt, dass das Verbrauchsmaterial zur Neige geht informiert ihr umgehend die Geschäftsstelle (Desinfektionsmittel, Papierhandtücher, Einweg-Handschuhe)

Bei Fragen wendet euch bitte an Friederike Rudert und Martina Lotter

Einverständniserklärung:

Ich habe den Leitfaden für Teilhnehmer/innen gelesen und erkläre hiermit mein Einverständnis.

Name:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ort, Datum Unterschrift