

# Hygieneverordnung

## TSG-Nordholz



### 1. Distanzregeln

- ✓ Außerhalb der Sportausübung ist der Mindestabstand von 2 Metern einzuhalten.
- ✓ Der Mindestabstand für Zuschauer beträgt 1,5 Meter, bei >50 Personen ist die Sitzposition einzunehmen.

### 2. Körperkontakte

- ✓ Kontaktsport bis 50 Personen ohne Mindestabstand (Outdoor/Indoor) ist zulässig.
- ✓ Bei Gruppenwechsel ist genügend Zeit einzuplanen, sodass sich die Gruppen nicht begegnen. (Ein- und Ausgangsregelung beachten)
- ✓ Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen, Jubeln oder Trauern mit anderen Gruppen/Mannschaften ist zu verzichten.

### 3. Hygieneregeln

- ✓ Händewaschen vor und nach dem Training. (empfohlen)
- ✓ Das Händewaschen, sollte mindestens 30 Sek. mit Seife unter fließend Wasser zu erfolgen.  
( Alternativ, kann Handdesinfektionsmitteln genutzt werden)
- ✓ Trainingsgeräte sind, bei Mehr-Personen-Nutzung vorher, soweit möglich, zu desinfizieren. (empfohlen)

### 4. Nutzung von Duschen, Toiletten und Gemeinschaftsräumen

- ✓ Die Nutzung von Gemeinschaftsräumen für gesellige Veranstaltungen ist untersagt.
- ✓ Die Toiletten können unter Einhaltung des Mindestabstandes genutzt werden.
- ✓ Umkleideräume und Duschen können von gemeinsam trainierenden/spielenden Gruppen/Mannschaften ohne Berücksichtigung des Mindestabstandes genutzt werden.

### 5. Coronabeauftragte\*r

- ✓ Der/Die Corona Beauftragte ist für die Einhaltung der Auflagen verantwortlich.



Der Vorstand