

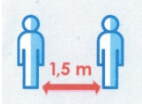
Liebe Mitglieder, bitte haltet euch zu eurem eigenen Schutz an folgende Regeln. Die Nichteinhaltung kann zum Ausschluss vom Sportbetrieb bzw. zum Schließen der Anlage führen.

1. Umsetzung der Schutzmaßnahmen VOR Betreten der Sportanlage



Ausschluss vom Sportbetrieb

Wer unter Symptomen einer Atemwegserkrankung jeglicher Schwere oder Fieber leidet, darf den Kraftbunker nicht betreten.



Der Mindestabstand von 1,5 Metern ist zwingend dauerhaft einzuhalten (außer von Personen, für die die allgemeinen Kontaktbeschränkungen nicht gelten, z.B. Lebenspartner u.ä.).



Beim Betreten und Verlassen sowie bei der Nutzung sanitärer Anlagen ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.

2. Allgemeine Sicherheits- und Hygieneregeln

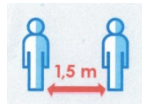


Umkleiden und Duschen bleiben geschlossen.

Zur möglichen Kontaktpersonenermittlung festhalten (pro Haushalt):



- Name + sichere Erreichbarkeit
- Zeitraum des Aufenthalts im Kraftbunker
- Die Übermittlung dieser Informationen darf nur auf Anfrage der zuständigen Gesundheitsbehörde erfolgen; die Daten sind nach Ablauf eines Monats zu vernichten.



Mindestabstand einhalten, die Sportausübung erfolgt grundsätzlich kontaktlos.



Ausschluss vom Sportbetrieb

Personen, die mit COVID-19 Fällen Kontakt hatten, dürfen ab Zeitpunkt des Kontakts 14 Tage den Krafraum nicht betreten.



Vor und nach Benutzen des Sportgeräts ist dieses durch den Trainierenden zu desinfizieren/reinigen.

Ausreichend Desinfektionsmittel und Tücher werden zur Verfügung gestellt. Bei den Geräten muss immer ein eigenes Handtuch untergelegt werden.



Während des Trainings muss die vorhandene Lüftungsanlage ständig in Betrieb sein!



Beim Krafttraining ist das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung nicht notwendig.

Organisatorischer Ablauf für die Mitglieder des Kraftsports

1. Trainingsanmeldung

- Jedes Mitglied, das trainieren möchte, muss sich bei dem Online Terminplaner www.supersaas.de registrieren (auch als App erhältlich). Den Zugang findet ihr auf unserer Homepage www.kraftbunker-engelsberg.de unter der Rubrik Indoor Cycling, Anmeldung
-
- Nach erfolgreicher Registrierung einfach anmelden und anschließend den gewünschten Trainingstag und die Trainingszeit auswählen. Man kann sich nur eine Woche im Voraus eintragen.
-
- Eine Trainingseinheit besteht aus 60 min. Nach jeder Trainingseinheit wird eine 10 minütige Übergangsphase zum Wechsel des Trainierenden eingeplant.
-
- Während einer Trainingseinheit sind maximal 10 Teilnehmer zugelassen. Melden sich mehr als 10 Teilnehmer an, rücken diese nur im Fall einer Abmeldung nach.
-
- Es ist nicht gestattet 2 Trainingseinheiten hintereinander zu buchen. Somit wollen wir allen Mitgliedern die Möglichkeit geben während der Corona Zeit trainieren zu können.
-
- Kann eine bereits gebuchte Trainingseinheit nicht wahrgenommen werden, muss diese möglichst zeitnah storniert / abgemeldet werden. Dies ermöglicht einem anderen Mitglied diese Trainingseinheit zu nutzen.

Bei Fragen bitte an die Abteilungsleitung wenden.

Siehe Homepage: www.kraftbunker-engelsberg.de