



## Verhaltens -und Hygieneregeln

Hiermit verpflichte ich mich, die im Hygienekonzept aufgeführten Verhaltens- und Hygieneregeln für das Training in der VfR-Schwimmabteilung einzuhalten und trage somit aktiv dazu bei, das Risiko einer Infektion mit Covid-19 für mich und meine Mitmenschen zu minimieren.

- Das Bilden von Grüppchen vor und in der Schwimmhalle ist untersagt (1,5m Abstand).
- Das Training erfolgt unter Ausschluss von Zuschauern oder Gästen.
- Beim Trainingsbeginn wird eine Teilnehmerliste (Name, Vorname und Telefonnummer) ausgefüllt und von jedem Teilnehmer unterschrieben. So kann im Falle einer Infektion die Kontaktkette zurückverfolgt werden. Sollten die Daten nicht hinterlegt werden, ist eine Teilnahme am Training ausgeschlossen. Hierfür ist ein eigener Stift mitzubringen.
- Vor den Trainingsstätten und im Eingangsbereich ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen (Kinder unter 6 Jahren müssen keinen Schutz tragen)
- An das Konzept, das für alle Sportler\*innen bindend ist, muss sich gehalten werden. Ausnahmen oder eine Nichteinhaltung werden nicht akzeptieren. Alle Übungsleiter\*innen sind weisungsbefugt und müssen bei Nichteinhaltung der Regeln die Sportler\*innen des Trainings verweisen bzw. ihnen den Zugang in die Sportstätte verwehren.
- Es dürfen nur persönliche Utensilien (z.B. Trinkflasche) benutzt werden. Die Lagerung in der Übungsstätte ist ausgeschlossen.
- Für die Nutzung der Krafträume / Turnhalle ist ein eigenes, sauberes Handtuch mitzubringen und die Geräte müssen nach jeder Nutzung gründlich desinfiziert werden.
- Die Übungsstätte muss nach dem Training unverzüglich verlassen werden.
- Alle Teilnehmer\*innen müssen bei Betreten der Übungsstätten absolut symptomfrei sein.

### **Symptome für COVID-19 Virus:**

Fieber, Trockener Husten, Müdigkeit, Gliederschmerzen, Halsschmerzen, Durchfall, Bindehautentzündung, Kopfschmerzen, Verlust des Geschmacks- oder Geruchssinns, Verfärbung an Fingern oder Zehen oder Hautausschlag, Atembeschwerden oder Kurzatmigkeit, Schmerzen oder Druckgefühl im Brustbereich, Verlust der Sprach- oder Bewegungsfähigkeit

- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- Körperliche Kontakte sind auszuschließen.

Des Weiteren ist mir das „Hygienekonzept der VfR-Schwimmabteilung“ bekannt und ich werde nach den Regeln handeln.

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

(Bei Minderjährigen muss der Erziehungsberechtigte unterschreiben)