

## Verhaltens- und Hygieneregeln (Schwimmen)

Hiermit verpflichte ich, \_\_\_\_\_, mich die hier aufgeführten Verhaltens- und Hygieneregeln für das Wassertraining, im Moskaubad 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
- Im Eingangs- und Ausgangsbereich ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen
- Einhalten eines ausreichend großen Personenabstands (2 Meter) zu jeglicher Zeit
- Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen unter Vermeidung von Warteschlangen
- Das Training erfolgt unter Ausschluss von Zuschauern, Gästen und begleitenden Eltern
- Bekleidungswechsel nur in den vorhandenen Einzel-, und Familienumkleiden
- Die Nutzung der Schränke ist untersagt.
- Die Duschräume stehen nicht zur Verfügung
- Die Nutzung der Toilette ist ausschließlich allein und mit den nötigen Hygienemaßnahmen (Waschen und Desinfizieren der Hände) zu erfolgen
- Die Nutzung von Föhnen ist untersagt
- Es dürfen nur persönliche Utensilien (Trinkflasche, Handtuch, Mashbag etc.) benutzt werden. Die Lagerung in der Schwimmstätte ist ausgeschlossen
- Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt
- Die Schwimmhalle und das Gelände müssen nach dem Training unverzüglich verlassen werden
- Alle Teilnehmer/-innen müssen bei Betreten der Trainingsstätte absolut symptomfrei sein und keine gesundheitlichen Einschränkungen aufweisen
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person
- Konsequente Einhaltung von Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen
- Körperliche Kontakte und Übungsdurchführungen sind auszuschließen. Die Verteilung auf der Schwimmbahn wird vorgegeben und während Wartezeiten müssen die Abstandsregeln eingehalten werden. Sonstige sportartspezifische Abstandsregeln werden von eurem/euer Trainer/in gesondert bekannt gegeben
- Nutzung von Gesellschafts- und sonstigen Gemeinschaftsräumen bleibt untersagt

---

Unterschrift Sportler/-in

---

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r