



Verhaltensregeln für den Trainingsbetrieb ab 15. September 2021



Personen mit **Krankheitssymptomen** dürfen **NICHT** am Trainingsbetrieb **teilnehmen**, sondern bleiben zu Hause.

Stellt jemand nach ein paar Tagen nach dem Turnen für das Covid-19 typische Symptome fest bzw. wird positiv getestet, ist dies unverzüglich der Präsidentin oder Technischen Leiterin zu melden.



Abstand halten bei der Anreise und Heimkehr, in der Garderobe/Dusche etc.

Auf Handschlag, Begrüssungsküsschen usw. ist zu verzichten!



Die **Trainingsgruppen** (max. 30 Personen) benützen die ihnen **zugeteilte Garderobe** (A und Netzball = zweithinterste Garderobe, C = hinterste) und den **abgetrennten Hallenteil** (A = Halle 1, Netzball = Halle 2, C = Halle 3). Auf die gemeinsame Info zu Beginn wird verzichtet.



Vor und nach dem Training **Hände gründlich waschen oder desinfizieren** (persönliches Desinfektionsmittel mitbringen).

Für Übungen auf der Gymnastikmatte ist ein **Tüechli (mind. 70 x 140 cm) mitzubringen**.



Maskentragpflicht in allen Innenräumen wie Eingangsbereich, Gänge, Garderoben, WC-Anlagen der Sportanlagen.

Sobald jede Gruppe in ihrer Halle ist, darf während dem Turnen/Training die Maske ausgezogen werden.



Um das Contact Tracing (Kontakt-Nachverfolgung) gewährleisten zu können, wird jede Turnerin, welche am Training teilgenommen hat, mit Namen und Telefonnummer auf einer **Präsenzliste** erfasst. Diese Liste muss bei Bedarf dem kantonalen Gesundheitsamt ausgehändigt werden.

Jede Teilnehmerin unserer Turnstunden anerkennt diese Verhaltensregeln und hält sich daran. Vielen Dank, dass du damit dich und die anderen schützt!