



Hygiene-Konzept des VfA Rochlitzer Berg für die Benutzung des Fitnessraumes

Folgende Vorkehrungen gelten:

- Sportler, die sich krank fühlen oder typische Symptome einer Infektion mit dem SARS-CoV/COVID19 aufweisen, dürfen die Sportanlage nicht betreten.
- Das Betreten des Eingangsbereiches ist nur einzeln mit Mund- Nasenschutz gestattet.
- Von jedem Sportler wird Name, Anschrift, Telefonnummer und die Trainingszeit registriert.
- Die Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 m, beim Betreten der Einrichtung, in der Garderobe und während des Trainings ist zwingend notwendig.
- Betreten und Benutzung der Garderobe (Schuhwechsel) ist nur Einzeln gestattet.
- Wenn möglich, sollten sich Sportler zu Hause und nicht in Gemeinschaftsräumen umziehen und duschen.
- Nach dem Betreten der Einrichtung müssen sich alle Sportler gründlich die Hände mit Seife waschen und mit Eimalhandtüchern abtrocknen.
- Beim Trainieren besteht keine Pflicht eine Maske zu tragen.
- Im Fitnessraum dürfen sich maximal 5 Personen aufhalten.
- Jeglicher Körperkontakt ist zu vermeiden.
- Die Trainingszeit wird beschränkt auf 60 Minuten, muss vorher telefonisch angemeldet werden und ist möglich in der Zeit von 10:00 bis 21:00 Uhr.
- Auf Geräten zum Liegen und Sitzen sind eigene Handtücher unterzulegen.
- Nach jedem Training wird der Fitnessraum gründlich gelüftet.
- Mit Getränken muss sich jeder Sportler selbst versorgen. Es erfolgt kein Verkauf von Speisen und Getränken.
- Die Benutzung der Duschen ist untersagt.
- Auch die Toiletten sind nur Einzeln zu betreten.
- Die Kontaktflächen an den Trainingsgeräten sind nach Benutzung zu reinigen. Die Benutzung von Trainingshandschuhen ist wünschenswert.
- Die Zugangsbeschränkung und die Einhaltung der Hygieneregeln werden von einem Mitarbeiter der Geschäftsstelle kontrolliert.
- Beim Auftreten einer Infektion mit SARS-COV-2 oder bei Kontakt mit einer infizierten Person ist die Geschäftsstelle unverzüglich zu informieren.

Vorerst gelten folgende Trainingszeiten – Pausen dienen der Säuberung und dem Wechsel
 Achtung! Telefonische Voranmeldung unter **42430** notwendig. Reservierung für mehrere Tage im Voraus möglich.

Training	Zeit		Zeit
	Reinigung	5	15:00 bis 16:00 Uhr
1	10:00 bis 11:00 Uhr	6	16:15 bis 17:15 Uhr
2	11:15 bis 12:15 Uhr	7	17:30 bis 18:30 Uhr
3	12:30 bis 13:30 Uhr	8	18:45 bis 19:45 Uhr
4	13:45 bis 14:45 Uhr	9	20:00 bis 21:00 Uhr