

- 1.) Regelmäßige Desinfektion der Hände und ggf. Füße durch die Teilnehmer beim Betreten der Sportstätte
- 2.) Desinfektion der Hände nach dem Toilettengang
- 3.) Desinfektion der Hände ggf. in der Pause
- 4.) Bei Barfußtraining sind auch die Füße zu desinfizieren
- 5.) Regelmäßige Desinfektion (vor/nach jeder Trainingsgruppe):
  - Sportgeräte (Matten, Kleingeräte, Bälle usw.),
  - Ablageflächen, Türgriffe, Handläufe
- 6.) Gruppenwechsel: Die verschiedenen Trainingsgruppen sollten sich nicht begegnen.  
Sollte dies nicht möglich sein, muss unbedingt der  
Personenabstand von 1,5 m eingehalten werden.
- 7.) Gemeinsame Treffen sowie der enge kommunikative Austausch sind untersagt.  
Fremdverzehr von Getränken und Speisen in der Halle ist untersagt.
- 8.) Das Mitbringen eines Handtuches ist verpflichtend.
- 9.) Duschen nach dem Sport in der Sportstätte ist verboten.