

Corona Hygiene-Regeln



Neue Bestimmungen ab dem 03.06.2021

Im KSV besteht eine Maskenpflicht, außer beim Trainieren an den Geräten.

Eintrag in Anwesenheitslisten

Mitglieder und Besucher sind verpflichtet, sich zum Training vorher telefonisch anzumelden. Die Eintragung in die Anwesenheitsliste erfolgt durch die Mitarbeiter des KSV.

Trainingsdauer maximal eine Stunde. Einlass nur durch Klingeln, um zu prüfen, ob telefonische Anmeldung erfolgt ist.

Das Hallenpersonal und die Übungsleiter/innen werden euch bei der Beachtung der Hygieneregeln unterstützen. Die Mitarbeiter/innen sind befugt Anweisungen zu erteilen. Den Anweisungen des Hallenpersonals bitte unbedingt Folge leisten.

Maximale Anzahl

Aufgrund der Gesamtfläche des Kraftsportzentrums dürfen nicht mehr als 15 Personen gleichzeitig trainieren.

Mund- und Nasenbedeckung

Für die Mund- und Nasenbedeckung gelten die allgemeinen Hygieneregeln für Sport- und Fitnessstudios. Mund- und Nasenbedeckungen sind vom Unterweiser oder denjenigen, die Hilfestellung leisten zu tragen. Im gesamten Kraftsportzentrum besteht Maskenpflicht mit Ausnahme des Trainings an den Geräten, auf der Gewichtheberfläche, im Frauenbereich und auf der Empore.

Hallenbelüftung

Das Robert Koch Institut empfiehlt die Innenräume konstant zu belüften. Die Halle verfügt über eine Be- und Entlüftungsanlage. Es wird darüber hinaus zusätzlich empfohlen die Fenster sporadisch zu öffnen, um die Ansammlung der von den Sportlern ausgeatmeten Aerosole zu verhindern. Da im Winter die Halle deshalb etwas kühler sein wird, ist warme Kleidung zu empfehlen. Das Hallenpersonal wird neben der sporadische Fensterlüftung nach jedem Trainings-Slot kräftig lüften.

Hygieneregeln im Umkleide-, Sauna- und Duschbereich

Vor dem Trainingsbeginn Hände waschen (wird auch während des Trainings empfohlen).

Das Umkleiden und das Duschen sowie das Saunieren ist möglich!

Die Beschränkungen, der maximalen Anzahl der Personen, sind zu beachten.

Nutzung der Gymnastikmatten

Die Gymnastikmatten sind nach der Benutzung zu reinigen

Gewichtheben, Krafttraining

Auf einer Gewichtheberfläche dürfen max. 2 Hantelstangen gleichzeitig aufgebaut sein.

Pro Hantelstange darf jeweils nur 1 Sportler trainieren. Nach Trainingsende sind Hantelstange und Gewichte vom Sportler mit Feuchttuch zu desinfizieren (Wischdesinfektion); das Tuch bitte in den vorgesehenen Behälter werfen.

Nutzung von Trainingsgeräten

Bei der Gerätenutzung auf Abstand achten! Ist ein Gerät belegt, darf das jeweils rechts und links danebenstehende nicht benutzt werden.

Ein Handtuch zum Unterlegen bei der Nutzung der Geräte ist verpflichtend.

- Schnell- und Cardiogeräte sind nach der Nutzung mit Feuchttüchern zu desinfizieren. Tuch im Behälter entsorgen.
- Sprühdésinfektionen sollen unterbleiben, um Aerosolbildung zu vermeiden, stattdessen wischdesinfizieren!
- Für kunststoffbeschichtete - u. gummierte Flächen ist Seifenlauge für die Desinfektion ausreichend.

(Umweltinstitut warnt: übermäßiger Gebrauch von Desinfektionsmittel und deren Aerosole können gesundheitliche Nebenwirkungen hervorrufen)

Theke

Ein Verkauf an der Theke ist möglich, ein Verzehr aber nicht.

Der Vorstand