



# Corona Regeln

## Blau-Weiss Fitness-Studio



Stand: 22.03.2021

***Hygienepläne nach §36 IfSG dienen zum Schutz der Bevölkerung vor allgemeinen Gesundheitsgefahren.  
Gemäß der Niedersächsischen Verordnung über Maßnahmen zur Eindämmung des Corona-Virus SARS-CoV-2 (Niedersächsische CORONA-Verordnung) vom 30. Oktober 2020 (Fassung vom 07.03.2021) gilt:***

Aufgrund der zuletzt gültigen Änderungen in der o.g. Verordnung ist die Ausübung von Individualsport unter Einhaltung bestimmter Voraussetzungen zulässig. Die Ausübung von Individualsport ist sowohl im öffentlichen Raum als auch auf und in öffentlichen und privaten Sportanlagen erlaubt. Dies bedeutet, dass sowohl in geschlossenen Räumen als auch unter freiem Himmel Individualsport betrieben werden kann. Das BLAU-WEISS Fitness-Studio wird ab 12.03.2021 für die Ausübung von Individualsport unter verschärften Hygienemaßnahmen für Sportler geöffnet.

### **Wie viele Personen dürfen sich insgesamt zeitgleich im BLAU-WEISS Fitness-Studio befinden?**

Das Hygienekonzept steuert die auf oder in einer Sportanlage befindliche Personenzahl unter Beachtung der geltenden Regelungen für den Bereich. Der Individualsport darf nur allein oder mit einer zweiten Person in einem Sportbereich betrieben werden. Zu jeder Zeit muss zu Personen außerhalb des eigenen Hausstands ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden.

### **Generelle Regelungen:**

- Generell gilt, dass das Fitness-Studio und die BLAU-WEISS-Sportzentren jeglichen Krankheitssymptomen o. während häuslicher Quarantäne nicht betreten werden dürfen
- Wenn Symptome während des Trainingsbetriebs auftreten, muss der Sportler/Trainer isoliert und entsprechend abgeholt werden
- Es ist darauf zu achten nicht ins Gesicht zuzufassen und ggf. in die Armbeuge zu niesen oder Husten (dabei wegdrehen von anderen Personen)
- Kontakte und Begegnungen müssen auf ein Minimum beschränkt werden
- Der Mindestabstand mit Menschen aus einem anderen Hausstand und Angestellten muss die ganze Zeit über gewahrt bleiben
- Zwischen allen Personen muss dauerhaft ein Abstand von 1,5 m (kein Körperkontakt) eingehalten werden.
- Außerhalb der Sportbereiche und auf dem Parkplatz muss der Abstand von 1,5 m (kein Körperkontakt) eingehalten und zusätzlich ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden
- Der Zutritt von Personen, die nicht Teil des Trainingsbetriebs sind, ist auf ein Minimum zu beschränken und soll nur nach Anmeldung aus einem wichtigen Grund unter Einhaltung des Abstandes von 1,5m und Tragen des Mund-Nasen-Schutzes erfolgen
- Persönliche Gegenstände sind nicht mit anderen Personen zu teilen (z.B. Trinkflasche, Handtuch..)
- Es ist auf ein intensives Lüften aller Bereiche zu achten.
- Alle 60 Minuten hat eine Stoß- bzw. Querlüftung über 5-10 min durch die Trainer zu erfolgen
- Die Fenster und Ausgänge können zudem zum regelmäßigen Stoßlüften oder Dauerlüften verwendet werden.

## **Regelungen für den Aufenthalt:**

- Eine Buchung der Trainingszeit ist vorab online unter [www.blau-weiss-buchholz.de](http://www.blau-weiss-buchholz.de) oder telefonisch (**Mo-So von 10:00 – 22:00 Uhr unter Tel. 04181-9449393**) erforderlich.
  - Die Nutzung des gebuchten Fitnessbereichs darf im Rahmen des Individualsports nur durch max. 2 Personen erfolgen.
  - NICHT-Sportler und Begleitpersonen haben momentan keinen Zutritt zum Fitness-Studio
  - Die Trainingszeit ist auf 1 Stunden täglich begrenzt.
  - Trotz Vorab-Buchung ist eine Registrierung vor dem Training am Check-In unerlässlich. Trainingsdaten werden bei Bedarf zur Nachverfolgung von Kontakten an das zuständige Gesundheitsamt übermittelt und zu diesem Zweck 3 Wochen gespeichert.
  - Auf dem Parkplatz, in den Sportzentren und im angeschlossenen Sanitärbereich ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen und auf einen Mindestabstand von 1,5 m und die markierten Wege (Rechtsverkehr) zu achten. Während des Trainings kann auf einen MNS verzichtet werden.
  - Beim Eintreten und Verlassen der Sportzentren und Trainingsbereiche sind die Hände zu desinfizieren.
  - Die Umkleiden und Duschen müssen geschlossen bleiben - ein Erscheinen in Trainingskleidung ist daher unerlässlich.
  - Schuhe können direkt vor dem Fitness-Studio in der eingerichteten Wechselzone gewechselt werden.
  - Das Betreten der Sportzentren und Trainingsflächen auf Socken oder Barfuß ist nicht gestattet.
  - Die Benutzung der Sportgeräte und Matten ist nur mit eigenem Handtuch (mind. 70x140cm) erlaubt
  - Getränke sind in ausreichender Menge selbst mitzubringen
  - Geräte sind vor der Benutzung durch den Sporttreibenden mit den bereitgestellten Desinfektionsmitteln zu desinfizieren.
  - Der Toilettenbereich darf jeweils von max. 1 Person mit Mund-Nasen-Schutz betreten werden.
  - Hinweisschilder in den Sportbereichen und Sportzentren sind zu beachten
- 
- Das Trainingspersonal ist für die regelmäßige Stoß- und Querlüften (mind. alle 60 Min) verantwortlich.
  - Die Desinfektion der Türklinken und Kontaktflächen im Fitness-Studio erfolgt stündlich durch den Trainer.
  - Die Desinfektion der öffentlichen Bereiche und Sanitäreinrichtungen erfolgt regelmäßig, mehrmals täglich durch das Reinigungspersonal.
  - Flächen- und Handdesinfektionsmittel stehen zusätzlich frei zugänglich in allen Bereichen für jeden Nutzer zur Verfügung.
  - Flächen- und Wegmarkierungen (Rechtsverkehr) sowie Abstandsregelungen sind von allen Nutzern in den Sportzentren zu beachten.

***Über diese Hygienemaßnahmen sind alle Nutzer durch die Trainer zu unterrichten/zu unterweisen.  
Wir bitten alle Nutzer unserer Sportzentren diese Corona Regeln verbindlich einzuhalten, um uns gegenseitig zu schützen.***

**Bei Nicht-Einhaltung der Corona Regeln kann ein Zutrittsverbot ausgesprochen werden.**