

# Sport- und Gesundheitszentrum

des Stadtsportrings Dülmen e.V.  
Münsterstr. 29, 48249 Dülmen  
Tel. 02594/85944  
www.sgz-dülmen.de



## Hygieneplan und Verhaltensregeln für den SGZ Kursbetrieb:

Diese Vorschriften gelten für alle vom SGZ genutzten Turnhallen. Sie sind von allen Teilnehmern zwingend einzuhalten. Sollten diese Regelungen nicht eingehalten werden, muss der Sportbetrieb eingestellt werden und der Teilnehmer erhält ein Nutzungsverbot. Ebenfalls sind die ausgehängten Hygieneregeln in den Gebäuden zu beachten.

Sie als Teilnehmer bestätigen, dass

- zur Zeit keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome bestehen;
- für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person bestand;
- Sie, wenn eine zum Haushalt angehörige Person positiv auf Covid-19 getestet wurde, 14 Tage lang keine Teilnahme am Sport erfolgen darf;
- vor und nach der Kursstunde ein Mund-Nasen-Schutz getragen wird. Dieser kann, wenn der Teilnehmer den Platz in der Turnhalle eingenommen hat, während der Kursstunde abgelegt werden.
- die Hygienemaßnahmen (mindestens 2,00 m Abstand halten, regelmäßiges Waschen und desinfizieren der Hände vor und nach der Kursstunde) eingehalten werden.

### Beginn und Ende der Kurszeit

Sie warten (unter Einhaltung der Abstandsregeln) vor der Sporthalle bis Ihre Kursleitung Sie abholt. Die Kursleitung muss sich vergewissern, dass die vorherige Gruppe das Gebäude verlassen hat, dann können Sie unter Einhaltung der Abstandsregeln die Halle betreten.

Zwischen den Sparteinheiten ist eine Pause von 15 Minuten vorgesehen um Hygienemaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Auf Fahrgemeinschaften ist zu verzichten.

Die Nutzung von Dusch- und Waschräumen, Umkleide-, Gesellschafts- und sonstigen Gemeinschaftsräumen ist untersagt. Bitte erscheinen Sie in Trainingskleidung. Lediglich die Toilettennutzung ist zugelassen. Diese ist nach der Nutzung zu desinfizieren.

**Da das SGZ keine Materialien bereitstellen darf, bitten wir Sie sich eine eigene Decke und/oder ein großes Handtuch zur Unterlage mitzubringen.**

Bitte bringen Sie zur ersten Kursstunde einen Stift mit.