

# **Hygienekonzept für das Outdoor Athletiktraining für den Trainingsbetrieb durch die Triabolos Hamburg e.V. unter Beachtung der allgemeinen Schutz- und Hygienemaßnahmen sowie der Regelungen der Stadt Hamburg (Stand: 06.08.2020)**

1. Trainer\*innen /Übungsleiter\*innen wurden mit den Hygienebestimmungen vertraut gemacht.
2. Die Abstandsregelung von mindestens 1,50 m ist durchgehend von allen Anwesenden einzuhalten.
3. Der Nachweis der Teilnahme wird durch Eintragen im Kalender und einer Teilnehmerliste vor Ort, für eine mögliche Nachverfolgung durch das Gesundheitsamt, dokumentiert.
4. Jede/r Teilnehmer\*in muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei Anmeldung zur Sporteinheit bestätigen:
  - es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome
  - es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person
  - die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten
5. Jeder Teilnehmer bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmer abgelegt.
6. Sämtliche Körperkontakte müssen bei der Sporteinheit unterbleiben, hierzu zählen auch Hilfestellungen, Korrekturen oder Partnerübungen. Gleiches gilt für emotionale Körperkontakte (z.B. Jubeln, Trauern, Händeschütteln, Umarmungen usw.).
7. Mitglieder, die zur Risikogruppe gehören, wird empfohlen, vor der Teilnahme mit Ihrem Arzt zu sprechen.