

Hygienekonzept für die Durchführung von Sportkursen und Vorträgen der Melina Dörr & Cora Braun GbR (Stufe 2)

Folgende Maßnahmen und Regeln werden im Rahmen der Durchführung von Sport-, Präventionskursen und Vorträgen, in unserem Kursraum am Markt 5 in 65795 Hattersheim, eingehalten (Stufe 2):

1. In unseren Räumlichkeiten haben wir, als Gesundheitsdienstleister, eine Testpflicht beschlossen. Alle Teilnehmer:innen (ausgenommen Kinder unter 6 Jahren), die an Präsenzveranstaltungen (Kurse, Vorträge, Workshops) teilnehmen möchten, müssen ein negatives Ergebnis eines Corona-Schnelltests, ausgeführt von einer offiziellen Teststation, vorlegen. Das Testergebnis darf nicht älter als 24h sein.
2. Das Training findet in festen Gruppen mit maximal 10 Teilnehmern ohne Einhaltung des Mindestabstandes in unserem Kursraum statt. Babys oder Kinder zählen nicht mit, da sie jeweils aus dem gleichen Haushalt stammen.
 - a. Genesene und Personen mit vollständigem Impfschutz sind ausgenommen und werden nicht mitgezählt. Ein Nachweis muss aber erbracht werden (Genesungsnachweis, Impfbescheinigung).
 - b. Als vollständig geimpft gelten Personen ab dem 15. Tag nach ihrer 2. Impfung.
 - c. Als genesen gelten "asymptomatische Personen, die im Besitz eines auf sie ausgestellten Genesenennachweises" sind. Dieser Nachweis soll eine Infektion mit dem Coronavirus belegen, die mindestens 28 Tage und höchstens sechs Monate zurückliegt.
3. Die Trainierinnen (Melina Dörr oder Cora Braun) zählen nicht zu den Teilnehmer*innen.
 - a. Melina Dörr hat ab 10.06.21 den vollständigen Impfschutz. Bis dahin wird sich Melina Dörr regelmäßig an offiziellen Teststationen testen lassen.
 - b. Cora Braun gilt seit dem 22.5.21 als vollständig geimpft.
4. Sollte die Teilnehmerzahl 10 überschreiten (maximal 12 Personen), gilt der Mindestabstand zwischen den Trainierenden von 1,5 Metern. Dies wird bei der Sitzordnung im Rahmen von Vorträgen ebenfalls beachtet.
5. Kurse im Freien werden mit maximal 15 Personen durchgeführt.
 - a. Genesene und Personen mit vollständigem Impfschutz sind ausgenommen und werden nicht mitgezählt.
 - b. Testpflicht entfällt.
6. Vor dem Trainingsraum gilt es beim Warten den Mindestabstand einzuhalten, um engen Kontakt mit anderen Menschen zu vermeiden.

7. Der Zutritt zum Trainingsraum ist durch ein Hinweisschild „Eingang“ gekennzeichnet. Der Ausgang ist ebenfalls mit einem Schild „Ausgang“ gekennzeichnet und erfolgt auf der gegenüberliegenden Seite des Eingangs. Somit wird vermieden, dass sich Trainingsgruppen treffen.
8. Nach Zutritt in den Trainingsraum werden zuerst die Hände gründlich desinfiziert. Hierzu erhält jede/r Teilnehmer/in Handdesinfektionsmittel auf die Hände.
9. Trainingsmatten und Kleingeräte (Hanteln, Bälle o.ä.) werden von uns vor und nach dem Gebrauch gründlich desinfiziert. Der Tausch von Kleingeräten untereinander erfolgt nicht.
10. Jede/r Kursteilnehmer/in soll ein eigenes großes Handtuch mitbringen, um die Trainingsmatte zu bedecken.
11. Jede/r Kursteilnehmer/in soll direkt in Sportkleidung erscheinen. Eine Umkleidemöglichkeit ist nicht gegeben.
12. Die Benutzung der Toilette ist nur einzeln und unter den aktuellen Hygienestandards gestattet. Nach dem Toilettengang sind gründliches Händewaschen und desinfizieren Pflicht. Hygienehinweise hierzu hängen neben dem Waschbecken.
13. Zwischen den Kursen wird regelmäßig stoßgelüftet.
14. Die Teilnehmer*innen sind aufgefordert bei coronaspezifischen Krankheitssymptomen (Husten Fieber etc.) nicht zum Training zu erscheinen.
15. Alle sind angehalten sich an die derzeit geltende Hust- und Niesetikette zu halten.
16. Alle Teilnehmer*innen werden vor Kursbeginn über die geltenden Hygieneregeln per Mail informiert. Alle Hygieneregeln werden als Aushang, für jedermann gut sichtbar, an der Eingangstür, im Kursraum sowie auf der Toilette positioniert.
17. Uns liegen von jedem/r Teilnehmer/in die Kontaktdaten durch die Anmeldung via Onlineformular vor. Dadurch ist die Nachverfolgung einer Infektionskette möglich.

Für Rückfragen stehen wir unter info@mecomotion.de bzw. unter 0178-6521475 oder 0178-6521473 zur Verfügung.

27.05.21, Hattersheim

Datum, Ort

M. Dörr

Braun

Unterschrift M. Dörr / C. Braun