

Rahmenhygienekonzept Sport

Schutz- und Hygienekonzept für SUMOTION

Die Gesundheit unserer Teilnehmer steht an oberster Stelle

(in Anlehnung an das „Bayerische Ministerialblatt BayMBI. 2021 Nr. 584 vom 20.08.2021)

Ab einem 7 Tage Inzidenzwert von mehr als 35 gilt die „3-G Regelung“ für Indoorsportarten (gültig ab 24.08.2021)

1. **GEIMPFT:** Nachweis über eine vollständige Impfung über Impfausweis oder App (**nach 15. Tag der 2. Impfung**)
 2. **GENESEN:** Nachweis über eure Genesung (nicht älter als 6 Monate)
 3. **GETESTET:** Einen negativen Test
 - PCR Test (nicht älter als 48 Stunden)
 - Antigen Test (nicht älter als 24 Stunden)
 - Selbsttest, den ihr bei uns im Studio machen könnt. 15 Min. vor Kursbeginn
- Alle Teilnehmer sollten mit ihrer **eigenen Matte, entsprechenden Hilfsmitteln wie Kopfkissen etc.** kommen
 - Am Eingang zum SUMOTION steht Händedesinfektion bereit. In unserer Toilette findet ihr Flüssigseife, Desinfektionsmittel (Hände- und Flächendesinfektionsmittel) und Einmalhandtücher. Bitte beachtet die allgemeinen **Händereinigungsempfehlungen.**
 - Der Mindestabstand zwischen **2 Personen beträgt 1,5 Meter**
 - Außerhalb des Trainings, insbesondere beim Betreten und Verlassen des Trentinihauses sowie bei der Nutzung von WC-Anlagen, besteht in geschlossenen **Räumen Maskenpflicht (FFP2 Maske).** Auch bei der, Toiletten- und Umkleidebenutzung!

Bitte mit der FFP2 Maske bis zur Matte und dann auch wieder mit FFP2 Maske die Matte und das Trentinihaus verlassen bzw. auf die Toilette. Beim Training kann die Maske abgelegt werden.
 - Die Nutzung von Umkleidekabinen ist, aufgrund der bestehenden Abstandsregelung, nur jeweils für **1 Person** möglich. Wir empfehlen allen Kursteilnehmern bereits umgezogen zu kommen.

- Alle Kursteilnehmer sollten über die große Flügeltüre den Trainingsraum vom SUMOTION betreten.
- Zum Ablegen der eigenen Matten orientieren sich die Kursteilnehmer an den Markierungen am Boden. Bitte danach keine Plätze mehr wechseln. Wir haben unseren Kursraum durch den Allegro-Raum und den Geräteraum erweitert.
- An jedem Mattenplatz steht eine Sprühflasche mit Desinfektionsmittel und Reinigungstüchern zur Verfügung.
- Nach Beendigung des Kurses verlassen die Kursteilnehmer die Räume.
- Wir müssen Warteschlangen beim Betreten und Verlassen des SUMOTION/ Trentinihauses vermeiden. Deshalb kommt bitte, wenn möglich, bereits umgezogen und pünktlich zur Stunde (**bitte erst 5 Min. vor Kursbeginn**). Bitte keine Gruppenbildung im Hausgang und auch nicht vor dem Trentinihaus.
- Zwischen den einzelnen Stunden müssen die Räume 10 Minuten durchlüftet werden. Deshalb sind im Stundenplan die Zeiten für die Raumlüftung und einen kontaktfreien Wechsel berücksichtigt.
- Da für eine ausreichende Belüftung mit Außenluft, gesorgt werden muss, werden die Fenster während der Kursstunde geöffnet sein. Bitte denkt bei eurer Kleiderwahl daran.
- Um eine Kontaktpersonenermittlung im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19-Falles unter Sporttreibenden, Besuchern oder Personal zu ermöglichen, sind wir verpflichtet eine Kontaktdatenerfassung gemäß der jeweils aktuellen BayIfSMV durchzuführen.
- Alle SUMOTION Mitglieder, mit Zugangsdaten für die **Mindbody online Kursbuchung**, buchen ihren Kursplatz online (**elektronische Teilnehmerliste**).

Die Anwesenheit anderweitiger Besucher vom SUMOTION (z. B. Teilnehmer von Präventionskursen, Massagen etc.) wird über eine Teilnehmerliste geführt.

SUMOTION Outdoor

(keine 3-G Regelung notwendig)

- Gruppengröße maximal 20 Teilnehmer
- Desinfektionsmittel stehen am Eingangsbereich des Gartens zur Verfügung!
- **Bitte den Eingang am Tänzelfestweg nehmen – und wenn möglich nicht durch das Trentinihaus!**
- Die Trainingsplätze sind **zwischen** den roten Holzplatten (Abstand 1,5 m)

Dadurch wird der Mindestabstand zwischen 2 Personen von 1,5 m gewährleistet

- Dort legt ihr bitte eure Matten hin und bleibt auch bitte dort bis der Kurs beginnt
- Auch hier bitten wir euch darum, keine Gruppen zu bilden

Wir müssen leider darauf bestehen, dass das SUMOTION Training für Personen unter folgenden Umständen nicht möglich ist:

- Personen mit nachgewiesener SARS-CoV-2-Infektion
- Personen mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen, zu Ausnahmen wird hier auf die jeweils aktuell gültigen infektionsschutzrechtlichen Vorgaben verwiesen
- Personen, die einer Quarantänemaßnahme unterliegen
- Personen mit unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere (wie z. B. Atemnot, Husten, Schnupfen) oder für eine Infektion mit SARS-CoV-2 spezifischen Symptomen (Verlust des Geruchs- oder Geschmacksinnes).

Sollte ein Kursteilnehmer während des Aufenthalts im SUMOTION Symptome entwickeln, muss er leider umgehend das SUMOTION verlassen.