

UNSERE CORONA AUFLAGEN UND SCHUTZMAßNAHMEN

Das Betreten der Sportschule und eine Teilnahme am Sportbetrieb ist aktuell nur unter folgenden Bedingungen gestattet:

- Betreten mit akuter Corona-Diagnose oder Symptomen einer Atemwegsinfektion (Halskratzen, Husten, Fieber ...) verboten!
- Beim Betreten der Sportschule muss ein Mundschutz getragen werden und die Hände müssen desinfiziert oder gründlich mit Seife gewaschen werden! Desinfektionsmittel und Seife stehen bereit.
- Dein Name, Adresse und Zeitpunkt des Betretens und Verlassens werden von uns erfasst und bei Bedarf an die Behörden weitergeben. Wer damit nicht einverstanden ist, kann die Sportschule leider aktuell nicht betreten.
- Körperkontakt zum Personal oder anderen Mitgliedern ist verboten! Es ist überall in der Sportschule 1,5 m Abstand zu halten. Im Training sind permanent 1,5 m zu allen anderen trainierenden und zum Trainer zu halten.
- Wer niesen muss, tue dies in die eigene Ellenbeuge und auf maximal möglichem Abstand!
- Aufgrund der Abstandsregeln haben wir nur die Möglichkeit kleinere Zahlen an Besuchern und Kursteilnehmern zu betreuen. Damit jedes Mitglied die Chance hat wieder zu trainieren, bitten wir alle sich vorher über die WhatsApp Gruppen anzumelden.
Wir werden nicht angemeldete Mitglieder und Gäste beim Erreichen der maximalen Besucherzahl abweisen! Bitte habt Verständnis dafür, es sind unsere Auflagen.
- Die Umkleiden sind aktuell geschlossen. Wir bitten alle Teilnehmer:
 - a. In Sportkleidung zu kommen.
 - b. Vor der Tür zu warten. Die Gruppe wird 5 Minuten vor Kursbeginn rein geholt.
 - c. Die Sportschule direkt nach dem Kurs wieder zu verlassen, damit die Teilnehmer des nächsten Kurses hinein können.

Die Kurse finden unter folgenden Auflagen statt:

- Kontaktsport ist verboten, daher wird es kein Partnertraining geben. Alle Teilnehmer haben min. 1,5 Meter Abstand zueinander und zum Trainer zu halten.
- Hochintensives Training ist aufgrund der hohen Aerosolbelastung verboten. Die Trainer passen die Belastung entsprechend an. Eine Maske muss im Training nicht getragen werden.
- Es ist zwingend ein großes Handtuch mitzubringen und bei allen Bodenübungen (Liegestütz, Bauchübungen ...) unterzulegen.
- Die Kurszeiten wurden auf 45 Minuten mit 15 Minuten Pause zwischen den Kursen verkürzt, um die maximalen Besucherzahlen einzuhalten und Begegnungen zwischen den Gruppen zu minimieren.

Wir bitten um Verständnis und werden die einzelnen Maßnahmen nur so lange aufrecht erhalten, wie nötig und vorgeschrieben.

Dein SCMAA Trainer Team

Su Ceng Martial Arts Academy

Corona Schutzkonzept

