

# Verhaltens- und Hygieneregeln für das Hallenbadtraining der DLRG Westhofen-Garenfeld im Rahmen der COVID-19 Pandemie

## Allgemeines:

- Alle Teilnehmer müssen bei Betreten der Trainingsstätte absolut symptomfrei sein.
- Ausbilder und Teilnehmer sind aufgefordert, eine nachgewiesene Infektion unverzüglich an den Ausbilder bzw. den Vorstand zu melden.
- Beim Trainingsbeginn wird eine Teilnehmerliste (Name, Vorname und Telefonnummer) ausgefüllt und von jedem Teilnehmer unterschrieben. So kann im Falle einer Infektion die Kontaktkette zurückverfolgt werden. Sollten die Daten nicht hinterlegt werden, ist die Teilnahme am Training ausgeschlossen. **Hierfür ist ein eigener Stift mitzubringen.**
- Die Husten-/ Niesetikette ist jederzeit einzuhalten.
- Körperliche Kontakte sind auszuschließen. Insbesondere Begrüßung und Verabschiedung sind kontaktlos.
- Die Teilnehmerzahlen sind für die einzelnen Lehreinheiten begrenzt und die Gruppen dürfen nicht durchgetauscht werden. Wir bitten daher um eine regelmäßige Teilnahme.
- Das Training erfolgt unter Ausschluss von Zuschauern oder Gästen

## Vor dem Training:

- Das Bilden von Grüppchen vor und in der Schwimmhalle ist untersagt. Das Betreten des Schwimmbades erfolgt in Gruppen mit entsprechendem Abstand unter Aufsicht eines Trainers.
- Im Eingangsbereich bis zu den Umkleiden ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.
- Das Umziehen der Erwachsenen und der Mütter/Väter mit Kind erfolgt in Einzelkabinen. Teilnehmende Kinder ab dem Bronzekurs gehen ohne Eltern in die Sammelumkleide, (unter Berücksichtigung der Abstandsregeln)
- Vor dem Training sind die Teilnehmer dazu angehalten ihren Körper mit warmen Wasser abzduschen. Die Duschräume dürfen nur von je zwei Personen gleichzeitig betreten werden.

## Während des Trainings:

- Die Toiletten dürfen benutzt werden. Im Anschluss an den Toilettengang sind die Hände mit Seife zu waschen und der Körper ist unter der Dusche kurz mit Wasser zu reinigen.
- **Es dürfen nur persönliche Utensilien (Trinkflasche, Schwimmbretter, Flossen etc.) benutzt werden.** Die Lagerung dieser in der Schwimmstätte ist ausgeschlossen. Es wird empfohlen die eigenen benutzen Utensilien zuhause mit Seife zu reinigen.

## Nach dem Training:

- Das Duschen nach dem Training wird zu Hause durchgeführt.
- Die Nutzung von Föhnen ist untersagt.
- Das Schwimmbad muss nach dem Training unverzüglich verlassen werden.

---

Ich habe die oben genannten Hygiene- und Verhaltensregeln zur Kenntnis genommen und verpflichte mich diese für das Training der DLRG Ortsgruppe Westhofen-Garenfeld e.V. einzuhalten. Ich trage somit aktiv dazu bei, das Risiko einer Infektion mit Covid-19 für mich und meine Mitmenschen zu minimieren.

---

Datum, Unterschrift des Teilnehmers

---

Datum, Unterschrift eines Erziehungsberechtigten