

Hygieneplan für das Training im Gesundheitsstudio und im und Rehasportverein

- Das Studio wird mit Abstand (1,5 m) nacheinander betreten (keine Warteschlangen).
- Bitte kommen Sie bereits im Tanzoutfit – die Umkleiden bleiben vorerst geschlossen (Schuhe können im Tanzraum gewechselt werden). Das Tragen von Masken ist keine Pflicht, wir empfehlen dies aber für noch mehr Sicherheit – zumindest beim Einlassprozedere
 - Ein Mindestabstand von 1,5 m zwischen Personen ist beim Training zu gewährleisten.
- Festlegung der Gruppengröße anhand der Raumgröße: 5m² pro Teilnehmer*in sind verpflichtend.
- Nach dem Kurs verlässt die Person, welche/s als letztes den Tanzraum betreten hat, als erstes den Tanzraum und dann entsprechend wird nach der LIFO-Methode (Last In First Out) weiterverfahren
- Bei Vorliegen von Symptomen wie z.B. Fieber, Husten, Schnupfen und/oder grippeähnlichen Symptomen dürfen Übungsleiter*innen bzw. Teilnehmer*innen nicht an der Übungsstunde teilnehmen Entsprechend der Richtlinie zur Durchführung des Rehasports im DBS.
- Teilnehmer*innen müssen das individuelle Risiko sowie den Gesundheitszustand vor jeder Übungsstunde einschätzen. Verzicht auf Teilnahme bei erhöhtem Risiko, zwingender Verzicht bei akuten Symptomen
- Teilnehmer*innen sollen eigene Materialien (z.B. Matte, Handtuch) mitbringen, kein Austausch von Materialien untereinander
- Einwilligungserklärung sowie Teilnahmebescheinigung sind mit eigenem Stift zu unterschreiben.
 - Regelmäßig werden durch das Personal spezifische Dinge desinfiziert.
- Nach Möglichkeit sollten Sie die Toiletten nur in dringenden Fällen aufsuchen, bzw. im besten Fall nur vor dem Tanzunterricht/Training.
- Bitte denken Sie stets an das gründliche Händewaschen.

Natürlich ergeben sich nun folgende Kapazitätsgrenzen für unsere Tanzräume:

Oberer Tanzraum 2: Kinder und Jugendliche **4 Solo-Tänzer + Lehrer (10m² pro Person)**

Unterer Tanzraum 1: Erwachsene **5 Teilnehmer + Lehrer (10m² pro Person)**

Pilates Reformer: **2 Erwachsene + Lehrer (10m² pro Person)**

Gesundheitsstudio: **2 Teilnehmer (40m² pro Person)**

Unterer Raum 1: Erwachsene **10 Rehasport Teilnehmer + Lehrer (5m² pro Person)**