

Umsetzung der COVID-19 Verordnung im Shaolin Tempel Steyr

Ab Montag dem 21.9.2020 gilt die neue COVID-19 Verordnung und auch wir müssen unseren Trainingsbetrieb daran anpassen. Deshalb, und um ein sicheres, gesundes und reibungsfreies Training zu garantieren, werden ab jetzt, folgende Regeln und Abläufe im Shaolin Tempel Steyr umgesetzt:

Die Punkte, an die die Mitglieder selbst denken müssen sind **fett** markiert.

Regeln

- 1. Mund-Nasenschutz überall verpflichtend, außer in den Trainingsräumen, beim Training.**
- 2. Einhalten eines Mindestabstandes von 1-2 Metern von Personen, die nicht in einem Haushalt leben.**
- 3. Desinfektion bzw. Waschen der Hände ehest, nach dem Betreten unserer Räumlichkeiten.**

Trainingsablauf

- 1. Aufstellung und Begrüßung mit Mund-Nasenschutz**
2. Sind mehr als 10 Teilnehmer anwesend wird die Gruppe geteilt, so dass die Gruppengröße 10 Personen + Trainer nicht überschreitet
3. Nach der Aufteilung der Gruppen dürfen alle die Masken abnehmen und mit dem Training, in möglichst großem Abstand voneinander, beginnen.
4. Die Gruppen machen zu unterschiedlichen Zeiten Trink- und Klopause.
5. Verabschiedung wieder gemeinsam mit Mund-Nasenschutz.
- 6. Nach dem Training je nach Gruppe in die richtige Liste eintragen.**
7. Nach Möglichkeit wird die einmal festgelegte Gruppeneinteilung über die Gesamtzeit, die die Verordnung gilt aufrecht erhalten.

Maßnahmen

1. Alle Fenster bleiben während des gesamten Betriebs geöffnet bzw. gekippt um für eine gute Durchlüftung zu sorgen. (Wenn es kälter wird einfach wärmer anziehen oder härter trainieren ;-))
2. Regelmäßiges desinfizieren von Türgriffen und Trainingsgeräten.
3. Führen von Anwesenheitslisten.

Mit diesen Regeln, Abläufen und Maßnahmen, wird unser Trainingsbetrieb nur relativ geringfügig eingeschränkt und wir können damit trotzdem das etwaige Ansteckungsrisiko mit COVID-19 auf ein Minimum reduzieren. So braucht keiner der ins Training kommt ,Angst haben, oder ein schlechtes Gewissen haben. Nicht zuletzt stärkt ja auch ein gemeinsames Training die körperliche und geistige Gesundheit was wiederum das Immunsystem stärkt.