



## Verhaltensregeln und Hygienemaßnahmen im LTV-reAktiv-Forum

Aufgrund der neuen Hygienemaßnahmen zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus dürfen sich in unserem Kraft- und Cardioraum aktuell nicht mehr als 6 Personen plus 1 Trainer aufhalten.

Training nur mit vorheriger Anmeldung unter

<https://www.ltvgesundheitsport.de/geraetetraining/> oder telefonisch unter 02941-58548.

Ab sofort sind keine negativen COVID-19-Testergebnisse mehr notwendig. Zur Sicherheit aller Sportler\*innen, Übungsleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen empfehlen wir weiterhin vor Inanspruchnahme eines Sportangebots einen Test durchzuführen.

- Nicht mehr Personen, als Geräte nach den folgenden Regeln nutzbar sind.
  - Pro 7qm Fläche nicht mehr als 1 Person.
  - Der Abstand zwischen zwei gleichzeitig besetzten Sportgeräten muss mindestens 1,50 Meter betragen.

Aufgrund der Abstandsregeln ist aktuell nicht jedes Gerät zu benutzen. Wenige Geräte sind noch abgesperrt. (siehe Raumskizze)

- Die Dusch- und Umkleieräume sind geschlossen. Bitte bereits in Trainingskleidung kommen.
- Vor dem Betreten müssen die Hände gewaschen oder desinfiziert werden.
- Der Zugang ist so geregelt, dass stets ein Mindestabstand von 1,5 Meter eingehalten wird.
- Beim Betreten und Verlassen des Hauses muss eine medizinische Maske oder FFP2 Maske getragen werden. Diese darf während des Trainings abgelegt werden.
- Das Unterlegen großer, selbst mitgebrachter Handtücher ist verpflichtend.
- Die Kontaktflächen aller Sportgeräte sind nach jedem Gebrauch zu reinigen. Im LTV-reAktiv-Forum werden Kontaktflächen zusätzlich zu der täglichen Reinigung 2mal täglich desinfiziert.
- Sportgeräte, deren Kontaktflächen schlecht zu reinigen sind, dürfen nicht zur Verfügung gestellt werden.
- Probetraining ist unter Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 Meter möglich.



**Aufgrund der aktuellen Corona Bestimmungen ist das Training vorerst nur begrenzt möglich!**

## Trainingszeiten

	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
<b>MORGENS</b>		<b>11.00 bis 14.00</b>			
<b>ABENDS</b>	<b>17.00 bis 20.00</b>	<b>18.00 bis 20.00</b>	<b>17.00 bis 20.00</b>	<b>19.00 bis 21.00</b>	

- Trainingsblöcke Montagabend
  - 17.00 – 18:30 Uhr
  - 18.35 – 20.00 Uhr
- Trainingsblöcke Dienstagvormittag
  - 11.00 – 12.30 Uhr
  - 12.35 - 14.00 Uhr
- Trainingsblöcke Dienstagabend
  - 18.00 – 20.00 Uhr
- Trainingsblöcke Mittwochabend
  - 17.00 – 18.30 Uhr
  - 18.35 – 20.00 Uhr
- Trainingsblock Donnerstagabend
  - 19.00 – 21.00 Uhr