

Hygienekonzept Boxclub-Epeios

- 1.) Alle boxerischen Trainingsmittel sind nach Senatsbeschluss wieder erlaubt.
- 2.) Alle halbe Stunde muss der Trainingsraum einmal durchgelüftet werden. Auch nach jedem Training ist kräftig durchzulüften.
- 3.) Die Sandsäcke sind nach jedem Training zu desinfizieren.
- 4.) Die beiden Umkleiden dürfen nur von jeweils maximal zwei Personen gleichzeitig genutzt werden. Die Duschzeit ist deshalb sehr kurz zu halten. Nach Verlassen der Dusche ist die Umkleide zu Desinfizieren. Sportler die von außerhalb kommen duschen zuerst, Sportler aus den umliegenden Stadtteilen duschen bitte weiter zu hause. Die WC,s sind offen und jederzeit einzeln frei zugänglich.
- 5.) Um die Einhaltung der Hygienevorschriften zu gewährleisten, kann nur in Gruppen von höchstens zehn Personen, und nur nach Anmeldung trainiert werden. Die Sportlerinnen und Sportler melden sich für ihr Training über den Link an den Sie per Email immer Samstags erhalten.
- 6.) Ankunft im Gym ist frühestens 10 Min. vor Trainingsbeginn, möglichst bereits in voller Sportkleidung. Im Hausflur darf sich nicht verweilend aufgehalten werden! Schuhe werden wie gewohnt vor dem Gym ausgezogen. Sportschuhe werden erst im Trainingsraum angezogen.
- 7.) Vor dem Training tragen sich alle Trainierenden mit Vor und Zunamen sowie Telefonnummer in die Anwesenheitsliste ein,
- 8.) Nach dem Training gibt es keine freie Trainingszeit. Spätestens 10 Min. nach dem Training sollten die Sportler das Gym bitte verlassen haben. Es ist darauf zu achten das sich ankommende und abgehende Sportler beim Verlassen und ankommen nicht begegnen. An der Eingangstür dürfen keine Personengruppen entstehen.
- 9.) Wer Halskratzen, Husten, Schnupfen oder andere Erkältungssymptome zeigt darf das Gym leider nicht betreten. Wer Niesen muss, tut das in die Ellenbogenbeuge.
- 10.)Der Handschlag als Zeichen besonderer Verbindlichkeit unter Boxerinnen und Boxern wird zur Zeit nicht ausgeführt.

