

Verbindlicher Leitfaden für die Wiederaufnahme der sportlichen Tätigkeit im vereinseigenen Fitness-Center des SV Ilmenau v. 1923 e.V.



Stand: 25.05.2020

Allgemeine und Hygienehinweise (gelten grundsätzlich und überall):

1. Die Vorgaben des Landes Niedersachsen sind zu beachten!
2. **Hygiene- und Distanzregeln (2m!) einhalten und Körperkontakt vermeiden.**
3. Auf dem Vereinsgelände ist der Verzehr von Speisen und Getränken verboten (ausgenommen sind selbst mitgebrachte Getränke während des Trainings).
4. Die Nutzung des Clubgaststätten richtet sich nach den jeweils gültigen gesetzlichen Verordnungen für die Gastronomie.
5. Toiletten immer nur einzeln betreten.
6. Keine Gefährdung von Risikogruppen.
7. Kein Risiko – Gesundheit geht vor.

Richtlinien für das Fitness-Center

- Umkleidekabinen, Duschen und der Saunabereich sind vorerst gesperrt.
- Bitte in Sportkleidung kommen, Sportschuhe werden bitte erst im Foyer angezogen.
- Das Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten muss auf direktem Weg erfolgen.
- Bei jedem Besuch sind zunächst die Hände zu desinfizieren!
- Der Mitgliedsausweis ist mitzubringen und während des Trainings an das Schlüsselbrett zu hängen, anschließend hat man sich in die auf dem Tresen ausliegende Anwesenheitsliste einzutragen!
- Bitte beachtet die maximal zulässige Personenanzahl in den einzelnen Räumen unseres Studios.
 - Großer Geräteraum: Maximal 10 Personen
 - Kursraum: Maximal 9 Personen (inkl. ÜL)
 - Cardio-Raum: Maximal 4 Personen
 - Durchgang: Maximal 1 Person
- Der Mindestabstand von 2m ist **IMMER** einzuhalten!
- Auf Geselligkeiten während des Trainings ist zu verzichten. Das Training soll zügig absolviert werden, um möglichst vielen Mitgliedern das Trainieren zu ermöglichen.
- Bitte ein großes Handtuch mitbringen und bei der Gerätenutzung die Körperauflagefläche auf dem Gerät komplett bedecken.
- Alle Geräte (auch Kleingeräte) müssen nach dem Gebrauch selbstständig desinfiziert werden.
- Das Tragen eines Mund-Nasenschutzes und/oder Handschuhen ist freiwillig.

Ab dem 26.05.2020 wird unser Kursangebot, wahlweise im Fitness-Center oder auf dem Sportplatz, nach dem gültigen Plan vom Februar 2020 wieder aufgenommen; der vorübergehende Outdoorplan für das Kursangebot ist hinfällig.

Bis auf Weiteres bieten wir zusätzliche Öffnungszeiten an; nachstehend die aktuellen Öffnungszeiten:

- Montags bis freitags: 08:00 Uhr bis 21:30 Uhr (durchgehend ohne Mittagspause)
- Samstags: 13:00 Uhr bis 18:00 Uhr
- Sonntags: 10:00 Uhr bis 13:30 Uhr