

## Corona Regeln für das Training in der Kampfarena

- Aushänge, Hinweise und Anweisungen des Personals beachten
- Hände mindestens vor und nach dem Training nach Anleitung waschen (siehe Aushang)
- Hände vor und nach dem Training desinfizieren
- Anwesenheitsliste entsprechend vorheriger Anmeldung per E-Mail
- Mindestabstand von 1,5 Metern einhalten
- Trainingspartnerwechsel auf ein Minimum reduzieren.
- Mund- und Nasenschutz bei Betreten und Verlassen der Trainingsstätte tragen
- Während des Trainings wird das Tragen des Mund- und Nasenschutzes empfohlen, ist jedoch freiwillig
- Kein Duschen zulässig
- Die Sanitäranlagen werden ausschließlich alleine betreten.
- Umgezogen zum Training erscheinen
- 10 m<sup>2</sup> Trainingsfläche pro Person – max. 16 TN innerhalb der Kampfarena, max. 10 TN im Außenbereich
- Abgesperrte Geräte werden nicht benutzt
- Geräte selbstständig desinfizieren
- Ausschließlich alleine am Boxsack arbeiten
- An den Geräten und auf dem Boden großes Handtuch unterlegen
- Keine Gäste oder Zuschauer (1 Begleitperson bei unter 12 Jahren)
- Kein Händeschütteln, Umarmen, Abklatschen, etc.
- Kein Training mit Fieber oder anderen Krankheitssymptomen