

# Mein Verein

## Lockerungen im Sport ab 10.07.2020

### Die wichtigsten Regeln



#### Schutz- und Hygienemaßnahmen

- ✓ möglichst 1,5 m Abstand halten ; in den Umkleiden Mindestabstand einhalten!
- ✓ Regelmäßiges Händewaschen
- ✓ Sportgeräte nach Gebrauch desinfizieren
- ✓ Maskenpflicht vor und nach dem Sport
- ✓ Kurse mit festem Teilnehmerkreis
- ✓ Verstärkte Reinigung von Kontaktflächen
- ✓ Bei Krankheitssymptomen kein Sport
- ✓ Duschen bleiben geschlossen;

#### Regeln für den Indoorsport

- ✓ Abstand halten
- ✓ Max. 20 Personen pro Gruppe
- ✓ Hygieneregeln einhalten
- ✓ Max. 60 Minuten pro Trainingseinheit
- ✓ Maskenpflicht beim Betreten von Materialräumen
- ✓ Regelmäßiges Lüften von geschlossenen Räumen

**INDOOR**

**BLSV**