



## SCHUTZ- UND HYGIENEKONZEPT

Die Informationen zu den Hygiene- und Abstandsregeln (S.2) werden in allen Räumen ausgehängt. Außerdem werden sie den Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern vor Beginn eines Kurses per Mail oder per Post zur Verfügung gestellt, zusammen mit dem Hinweis, dass die Einschätzung ihres individuellen Risikos und die Entscheidung über eine Kursteilnahme in ihrer eigenen Verantwortung liegt.

Darüber hinaus gilt:

- Am Beginn eines jeden neuen Kurses wird auf diese Regeln hingewiesen und darauf, dass die Kontaktdaten der Teilnehmenden innerhalb von vier Wochen dem Gesundheitsamt zur Verfügung gestellt werden können, wenn es wegen des Auftretens einer COVID19-Infektion notwendig ist.
- Die Anwesenheitsliste mit Namen, Adresse, Telefon, ggf. Mailadresse der Teilnehmenden wird von der Leiterin bzw. dem Leiter des Kurses geführt und 4 Wochen lang aufbewahrt.
- Das Luftfiltergerät ist während des Unterrichts eingeschaltet (s. Bedienungsanleitung).
- Darüber hinaus wird auf regelmäßiges Lüften geachtet: Querlüften durch Öffnen der Eingangstür und der Fenster in den Umkleideräumen, Lüften wenn möglich auch während des Unterrichts durch Offenlassen der Eingangstür oder zumindest der Lüftungsklappe.
- Häufig benutzte Stellen wie Türklinken, Lichtschalter, Armaturen usw. werden regelmäßig desinfiziert.
- Die zulässige Zahl von Teilnehmenden richtet sie sich je nach Format danach, dass der Mindestabstand eingehalten werden kann. In Körperarbeitskursen beträgt sie maximal 7 (+ LeiterIn).
- Im Unterricht werden keine Übungen mit Körperkontakt durchgeführt, also keine Übungen zu zweit, keine Korrektur mit Berührung.
- Ebenso wird auf dynamische Übungen verzichtet, um die Aerosolbildung zu minimieren.
- Für die Einhaltung der Vorschriften der jeweils aktuellen Infektionsschutzverordnung des Berliner Senats (<https://www.berlin.de/corona/massnahmen/verordnung/>) ist die Leiterin / der Leiter des Kurses verantwortlich.

Berlin, 10. Juni 2021

Liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,  
zu Eurem eigenen Schutz und zum Schutz aller anderen bitten wir um gegenseitige Rücksichtnahme und vorausschauendes Handeln:

- Als Teilnehmer\*innen an einer Veranstaltung seid Ihr angehalten, Euch vorher mittels Point-of-Care(PoC)-Antigen-Schnelltests, einschließlich solcher zur Selbstanwendung, über das Nichtvorliegen einer Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 zu vergewissern. Bei der Teilnahme an Bewegungskursen ist dies verpflichtend. Ausnahmen bestehen, wenn Ihr aktuell negativ (PCR-)getestet, genesen oder vollständig (mindestens zwei Wochen vor dem Kurstermin) geimpft seid.
- Bitte die Räume erst 5 –10 Minuten vor Kursbeginn betreten, damit gegebenenfalls vorhergehende Kursgruppen die Räume verlassen können, bevor Ihr kommt.
- Wenn möglich, kommt schon umgezogen.
- Vor und nach dem Kurs, also beim Kommen und Gehen, bitte einen Mund-Nasen-Schutz tragen, vor allem auch im hinteren Bereich.
- Achtet auf den Mindestabstand von 1,50 m, auch in den Umkleide-räumen und im Flur. Auf Händeschütteln und Umarmungen deshalb bitte verzichten.
- Das Bad / den Toilettenbereich bitte nur einzeln benutzen.
- Getränke stellen wir zurzeit nicht zur Verfügung, bringt also bitte Eure eigenen mit.
- Nutzt die beiden hinteren Räume als Umkleideräume und beachtet dabei die Markierungen: Nicht mehr als drei Personen gleichzeitig in einem Raum.
- Zur Händehygiene gibt es im Bad Seife und Einmalhandtücher, außerdem stellen wir Hand-Desinfektionsmittel im Flur und im Bad bereit.
- Beachtet bitte die Husten- und Nies-Etikette.
- Bitte verzichtet auf die Teilnahme am Kurs, wenn ihr Symptome habt, die auf COVID19 hindeuten, oder wenn Ihr Kontakt zu einer an COVID19 erkrankten Person hattet.