

## Hygieneregeln für das Eltern-Kind-Turnen

Liebe Eltern,

damit die Turnstunden wieder stattfinden können, haben wir einige Hygieneregeln zusammengestellt. Bitte lest euch diese genau durch. Bevor nun (leider) eine lange Liste mit Regeln folgt, die wichtigste Regel zuerst: Wenn ihr oder euer Kind Erkältungssymptome zeigt oder es sich krank fühlt, dann kommt bitte nicht in die Turnstunde!

Wenn wir uns alle an die Regeln halten, können die Turnstunden hoffentlich in den nächsten Wochen und Monaten weiterhin stattfinden. 😊

### Allgemeine Vorkehrungen:

- Die Übungsstunden können von den Übungsleiter/innen auf eine bestimmte Anzahl an Teilnehmer/innen beschränkt werden. Die genaue Regelung für eure Turnstunde wird durch die jeweiligen Übungsleiter/innen kommuniziert.  
→ Wenn eine aktive Zusage zu einer Übungsstunde gefordert wird und diese nicht erfolgt, so können die Übungsleiter/innen die Teilnahme untersagen (z.B. um die maximale Personenanzahl einzuhalten)
- Pro Kind darf nur ein Elternteil die Halle betreten. Geschwisterkinder dürfen leider auch nicht mitkommen!
- Für jede Turnstunde muss eine Anwesenheitsliste aller Teilnehmer/innen (Kind + Begleitung) erstellt werden. Außerdem benötigen wir eine Telefonnummer und eine Adresse für eine mögliche Kontaktaufnahme.

### Ablauf vor der Turnstunde:

- Alle warten draußen vor dem Eingang mit ausreichend Abstand zueinander, bis die Übungsleiter/innen sie in das Gebäude lassen.  
→ Da die Übungsleiter/innen einige Vorbereitungen in der Halle treffen müssen, kann es sein, dass die Turnstunden in den nächsten Wochen ein paar Minuten später beginnen.
- Bitte tretet nacheinander ein und tragt bis zum Betreten der Turnhalle einen Mundschutz.
- An der Eingangstür desinfiziert sich jede/r die Hände (die Übungsleiter stellen das Desinfektions-Gel) und wäscht sich diese anschließend am Waschbecken.  
→ Bringt hierfür bitte ein eigenes kleines Handtuch mit!
- Bitte versucht, dass eure Kinder bereits in Sportkleidung kommen, sodass in der Halle nur noch die Schuhe umgezogen werden müssen. Die Umkleide sollte nur im Notfall und von maximal zwei Personen gleichzeitig genutzt werden.  
→ Das Barfuß-Turnen sollte vermieden werden, da sonst zusätzlich die Füße desinfiziert werden müssen



**Während der Turnstunde:**

- Haltet bitte soweit es geht auch in der Halle etwas Abstand (z.B. beim Anstehen an den Geräten)
- Die Übungsleiter/innen achten darauf, dass die Geräte zwischendurch gereinigt werden oder die Kinder in Kleingruppen an denselben Geräten turnen. Außerdem werden die Geräte vor und nach jeder Turnstunde desinfiziert.
- Nach der Turnstunde werden die Hände erneut desinfiziert und der Mundschutz wird zum Verlassen der Halle wieder angezogen.
- Bitte verlasst die Halle einzeln oder in Zweiergruppen.

Falls ihr Fragen zu den Regeln habt, wendet euch bitte an die Übungsleiter/innen der jeweiligen Turnstunde!