



Unsere Hygienemaßnahmen zu Eurem und unserem Schutz

1. Bitte haltet in allen Situationen und Räumlichkeiten einen Mindestabstand von 1,5m zu anderen Personen ein.
2. Außerhalb des Sportkurses ist das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) zum Schutz aller anwesenden Personen verpflichtend.
3. Die Hust- und Niesetikette ist zwingend einzuhalten.
4. Bitte wascht bzw. desinfiziert Euch vor und nach dem Sportkurs gründlich die Hände.
5. Vermeidet bewusst Körperkontakt – auf Händeschütteln, Umarmungen o.ä. wird verzichtet.
6. Haltet unbedingt Eure Hände aus dem Gesicht fern. Benutzt zum Schweißabwischen ein separates Handtuch.
7. Verwendet Taschentücher nur einmal und entsorgt benutzte Taschentücher umgehend in einem geschlossenen Mülleimer.
8. Bitte nehmt keinesfalls krank an einem Sportkurs teil – bleibt vorsichtshalber bitte zu Hause.
9. Bitte befolgt den Anweisungen Eurer Kursleitungen bzw. der Mitarbeitenden des SBW.
10. Positiv denken - bewegt Spaß haben!