

HOCHSCHULSPORT GÖTTINGEN

my.SPORT

„Sport mit Abstand“

Leitfaden für die Teilnahme am Corona-Sportprogramm
des Hochschulsports Göttingen

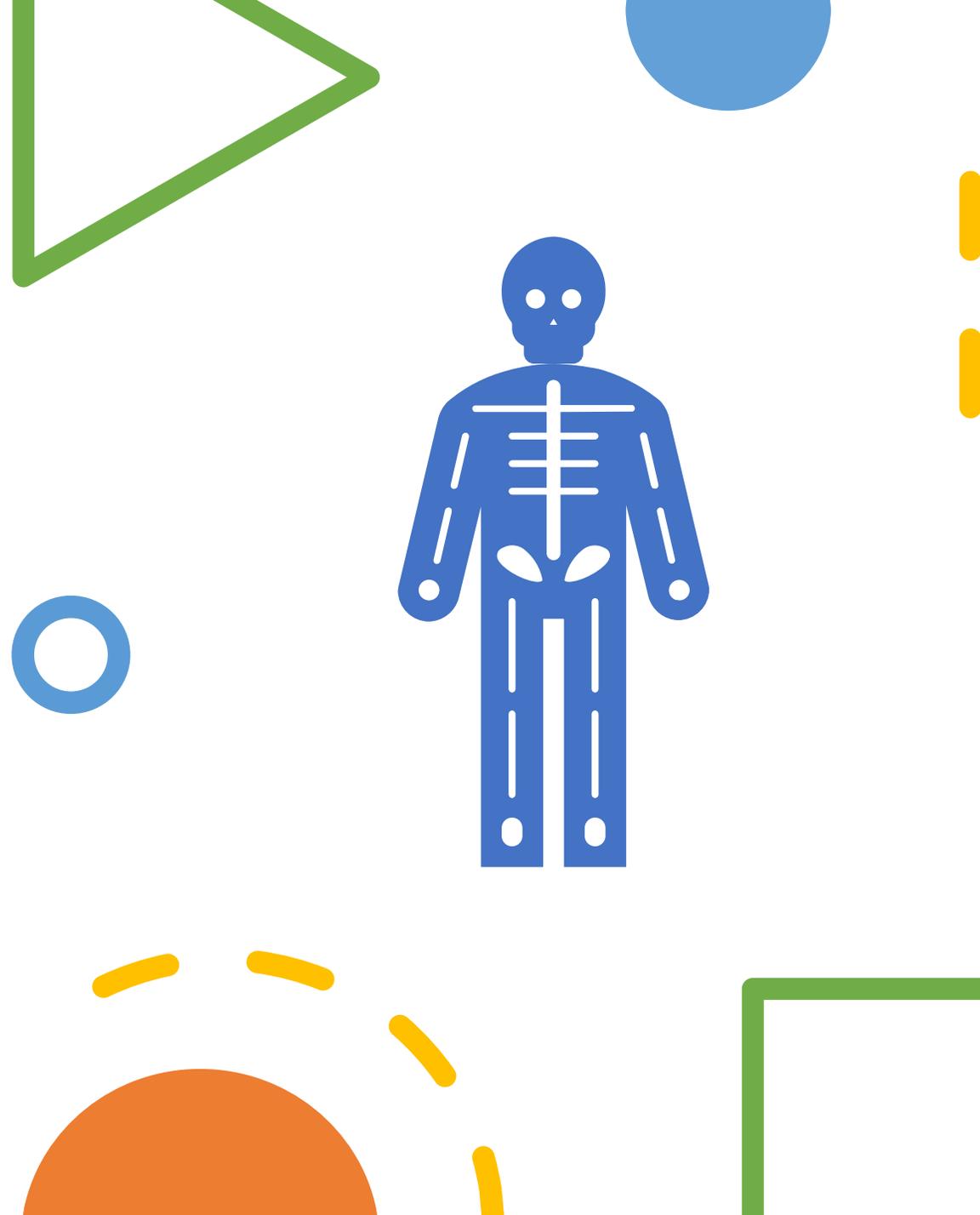
Vorwort

Seit mehr als zwei Monaten befindet sich Göttingen im Kampf gegen das Corona-Virus und das damit verbundene Risiko für tausende Menschenleben. Nach den massiven Einschnitten, die seit Mitte März das gesellschaftliche Leben massiv eingeschränkt haben, erfolgt nun eine schrittweise Lockerung der Schutzmaßnahmen. Dazu gehört auch die Wiederaufnahme eines abgesicherten Sportbetriebs auf den Sport-Außenanlagen.

Die damit verbundene Verantwortung ist groß, da ein Wiederaufflammen des Infektionsgeschehens unabsehbare Folgen haben würde. Die Regelungen für den Sportbetrieb sind nicht sportartspezifisch gehalten, sondern orientieren sich an den grundlegenden Vorgaben zum Infektionsschutz.

Bitte haltet Euch unbedingt an unsere Regeln.

Bei auftretenden Erkältungssymptomen oder Kontakt zu Infizierten, ist die Teilnahme am Sportprogramm nicht erlaubt. Das Sportzentrum ist in diesem Fall zu meiden.



Unsere Regeln für den Sportbetrieb:

- Einhaltung eines **Mindestabstands von 2m**
- **kontaktfreie** Durchführung aller Sport- und Trainingsmaßnahmen.
- konsequente Einhaltung der **Hygieneregeln** beim Husten und Niesen.
- Material / Sportgeräte können nur individuell genutzt werden. Fitness-Matten und ähnliche Geräte sind selbst mit zu bringen.
- **Umkleidekabinen und Duschen** bleiben ebenso wie Gastronomiebereiche geschlossen
- Bekleidungswechsel und Körperpflege zu Hause
- Für jeden Einzeltermin ist eine **verbindliche Anmeldung** über die Hochschulsport-Homepage erforderlich
- **Gesellige Zusammenkünfte** nach dem Sport sind **untersagt**
- Die Sportflächen sind nach Beendigung der Aktivität unverzüglich zu verlassen
- Keine Veranstaltungen und Wettbewerbe, keine Zuschauer
- Bei auftretenden Erkältungssymptomen oder Kontakt zu Infizierten, ist die Teilnahme am Training nicht gestattet

Das Wichtigste in Kürze:



Abstand halten (mindestens 2 Meter)



Gesellige Aktivitäten sind untersagt. Nutzung der Sportfläche ausschließlich für sportliche Aktivitäten.



Es dürfen keine unangemeldeten Personen teilnehmen oder sich in der Nähe der Gruppe aufhalten. Das Gelände ist nach der Beendigung des Sportbetriebs unverzüglich zu verlassen.



Beim Sportbetrieb selbst müssen keine Masken getragen werden. Wir empfehlen allerdings, in den nicht sportlich aktiven Zeiten des Übungsbetriebs eine (mitgebrachte) Maske zu tragen.

Hinweise zum Übungs- und Trainingsablauf

- Begrüßungsrituale (Abklatschen, Umarmung) sind unbedingt zu vermeiden
- Zu allen Zeiten des Übungsbetriebs auf Abstand achten (mindestens 4m Abstand in alle Richtungen, um Reserven bei unsystematischen Bewegungen zu haben)
- Teilnehmerliste werden kontrolliert – nur angemeldete Personen können teilnehmen
- Den zugewiesenen Bereich/Platz nicht verlassen und nicht-teilnahmeberechtigte Personen des Platzes verweisen (Unterstützung durch Service-Team des Hochschulsports)