

## Verhaltensregeln auf der Sportstätte:

- Wer sich **krank fühlt bzw. Symptome** (siehe [Gesundheitscheckliste](#)) aufweist, darf die **Sportstätte nicht betreten bzw. bleibt zu Hause.**

---

### Gesundheitscheckliste

Haben Sie mind. eines dieser Symptome, für das es keine andere plausible Ursache (z.B. Allergie, eine andere bestätigte Diagnose) gibt?

- Fieber
- Husten
- Halsschmerzen
- Kurzatmigkeit
- Plötzlicher Verlust oder starke Veränderung des Geschmacks- oder Geruchssinn
- Durchfall
- Übelkeit oder Erbrechen
- Bauchschmerzen
- Bindehautentzündung/gerötete oder juckende Augen

Wenn Sie eines oder mehrere dieser Symptome, für das es keine andere plausible Ursache (z.B. Allergie, eine andere bestätigte Diagnose) gibt, haben, bleiben Sie zu Hause und kontaktieren Sie Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt oder die telefonisch Gesundheitsberatung 1450.

---

- Wer in den **letzten 10 Tagen Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2-Fall** hatte, darf die **Sportstätte nicht betreten bzw. bleibt zu Hause.**
- Begleitpersonen haben **keinen** Zutritt zu den Garderoben und den Turnhallen.
- **Eigene** beschriftete und befüllte **Trinkflasche** mitbringen.
- Wenn möglich, **bereits umgezogen zum Training** erscheinen.
- **Mindestabstand 1 Meter** (Ausnahme ist die eigentliche Sportausübung).
- **Tragen eines Mund-Nase-Schutzes in geschlossenen Räumen** (Ausnahmen: die eigentliche Sportausübung und gegebenenfalls Duschen).
- Nach dem Betreten bzw. vor dem Verlassen der Sportstätte **Hände waschen** und/oder **desinfizieren.**
- Keine Begrüßungen und Verabschiedungen mit Körperkontakt (z.B. Umarmung, Handschlag, High Fives).