



Erlaubt für Gruppen bei 2-m-Abstand

- Körperliche und sportliche Betätigung in der Halle wenn die empfohlene Fläche von wenigstens 10m² pro Teilnehmer*in eingehalten wird. (Richtwert: 4-5 Meter Abstand bei Bewegung in die gleiche Richtung)

Unter strengen Auflagen

- Mind. 1,5 Meter Abstand beim Betreten/Verlassen der Anlage, sowie auf Parkplätzen
- Mind. 2 Meter Abstand zwischen allen Sportlern, Beachtung der 10m² Empfehlung (s.o.)
- Kontaktfreie Durchführung aller sportlichen Betätigungen
- Konsequente Einhaltung von Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen
- Umkleidekabinen und Duschen bleiben geschlossen
- Bekleidungswechsel und Körperpflege zu Hause erledigen
- Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen / Vermeidung von Engpässen und Warteschlangen
- Führen einer Teilnehmerliste mit Gesundheitsabfrage und Unterschrift



Nicht erlaubt

- Zuschauer*innen beim Training
- Nutzung von Gemeinschaftsräumen
- Wettkämpfe (im Profisport gelten Sonderregelungen)
- Zweikämpfe, Hilfestellungen und Partnerübungen
- Mannschaftsspielsituationen ohne Mindestabstand