

Gemeinsam gesund bleiben!

Merkblatt zum Verhalten in Corona-Zeiten

Die Gesundheit unserer Teilnehmenden und Kursleitungen liegt uns sehr am Herzen. Zu Ihrem Schutz und zum Schutz Ihrer Mitmenschen beachten Sie bitte unbedingt die folgenden Hinweise:

Für den Unterricht im Gesundheits-/Bewegungsbereich und bei Tanzkursen gilt die 2G-Regel bis zum 06. März 2022 (geimpft, genesen). Für alle übrigen Kurse ist die 3G-Regel gültig (geimpft, genesen, getestet). Ab dem 07. März 2022 gilt für alle Kurse die 3G-Regel.



Achten Sie auf einen Sicherheitsabstand von mindestens 1,50 m.
Bilden Sie vor dem Kurs und in den Pausen keine Gruppen.



In Gebäuden ist durchgehend ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen. Ausnahme sind Bewegungskurse. Hier gilt die Maskenpflicht bis zum Platz. Zulässig sind nur medizinische Masken.



Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich, mindestens 20-30 Sekunden mit Wasser und Flüssigseife. Ist das nicht möglich, desinfizieren Sie Ihre Hände gründlich.



Beachten Sie die Husten- und Niesetikette: Husten oder niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch.



Vermeiden Sie Berührungen, Umarmungen und schütteln Sie keine Hände.



Wenn Sie sich krank fühlen (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust von Geschmacks-/Geruchssinn, Hals- oder Gliederschmerzen), bleiben Sie zu Hause oder verlassen Sie sofort den Kurs.



Informieren Sie schon beim Verdacht auf eine „Corona“-Infektion Ihren Hausarzt.

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!