

Covid-19 Informationsblatt

IRO Trainingsanlage

Wir empfehlen die Einhaltung folgender Maßnahmen bei Benutzung der IRO Trainingsanlage:

1. Abstand halten

Es sollte ein Abstand von mindestens 1,5 Meter zu anderen Personen eingehalten werden, sowohl während des Trainings als auch im Rahmen von Vor- und Nachbesprechungen sowie bei Pausen.

2. Mund-Nasen-Schutz tragen

Falls das Einhalten eines Mindestabstands von 1,5 Meter nicht möglich ist, empfiehlt sich das Tragen einer Schutzmaske.

3. Hygienetipps beachten

- Regelmäßiges Händewaschen
- In Armbeuge niesen oder husten
- Hände aus dem Gesicht fernhalten

4. Bei Corona-typischen Symptomen zuhause bleiben

Mit grippeähnlichen Symptomen (Fieber, Husten Schnupfen, etc.) oder wenn enge Kontaktpersonen / Personen aus demselben Haushalt erkrankt sind, sicherheitshalber zuhause bleiben.

5. Eigene Trainingsgegenstände verwenden

Wenn möglich sollten nur eigene Trainingsutensilien, wie Bringholz, Beißwurst oder Ähnliches, verwendet werden. Es empfiehlt sich die Gegenstände in einer Tasche zu verwahren.

Wir wünschen ein sicheres und erfolgreiches Training!