

Verhaltensregeln bei der Teilnahme an Präsenzkursen in Zeiten von COVID-19

Nur gesund zum Kursangebot

Es ist nur gestattet im gesunden Zustand zu trainieren (Gesundheitsfragebogen s.u.). Ihr habt Fieber? Ihr habt trockenen Husten? Ihr fühlt euch müde? Ihr werdet von Hals-, Glieder- oder Kopfschmerzen geplagt? Ihr wundert euch über einen fehlenden Geschmacks-/Geruchssinn? Solltet ihr eine dieser Fragen mit „Ja“ beantworten müssen, dann bleibt bitte in jedem Fall zu Hause.

Gesundheitsbogen

Die Universität verlangt bei Präsenzveranstaltungen einen Nachweis, dass ihr gesund seid. Bitte füllt den Gesundheitsbogen aus und gebt diesen beim Kursleiter oder der Aufsicht ab. Die Bögen werden vier Wochen nach Kursende vernichtet.

Informiert das HSP-Team

Solltet ihr persönlichen Kontakt zu einer Person gehabt haben, bei der das SARS-CoV-2-Virus im Labor nachgewiesen wurde, müsst ihr euch unverzüglich und unabhängig von Symptomen an das zuständige Gesundheitsamt wenden. Beim Auftreten von akuten respiratorischen Symptomen einen Arzt aufsuchen. Werdet ihr positiv auf Covid-19 getestet informiert bitte umgehend den Hochschulsport.

Mindestabstand einhalten

Haltet immer und überall die Mindestabstände von 1,5 Meter ein – egal ob auf dem Weg zum Kurs, beim Sport selbst und auf dem Weg zurück. Bei Laufeinheiten empfiehlt es sich nebeneinander und nicht hintereinander zu laufen. Bei einem stationären Training sollten 3 bis 4 Meter Abstand gehalten werden.

Saubere & desinfizierte Hände

Desinfiziert eure Hände zu Beginn jedes Kurses. Dies gilt auch nach dem Naseputzen, Niesen oder dem Toilettenbesuch. Nutzt bitte die vorgesehenen Seifen-/Desinfektionsspender oder habt ggfs. Seife/Desinfektion immer dabei.

In Sportkleidung erscheinen

Duschen und Umkleieräume stehen noch nicht zur Verfügung. Bitte erscheint in Sportkleidung und verlasst die Sportstätte/das Gelände unmittelbar nach Kursende.

Verantwortungsbewusstes Handeln

Bitte denkt daran, dass euer Handeln maßgeblich Einfluss darauf hat, unseren Restart zu erhalten. Statt Hände schütteln, reicht ein Lächeln und Winken. Seid rücksichtsvoll und verantwortungsbewusst. Tragt in den Gebäuden und ggf. auf dem Universitätsgelände eine Mund-Nasen-Bedeckung. Schützt euch und damit andere – nur so können wir euch das bieten, was euch die letzten Wochen verwehrt geblieben ist.

Unterstützt uns

Sowohl unsere Übungsleitenden als auch das Personal des Hochschulsports geben ihr Bestes, um euch sichere Trainingseinheiten zu bieten. Befolgt diese und die Anweisungen/ Regelungen der Übungsleitenden. Helft uns, damit ein gemeinsames Sporttreiben wieder möglich wird.

Dokumentationspflicht

Wir sind verpflichtet genau zu dokumentieren, wer an unseren Angeboten teilnimmt. Ihr könnt uns unterstützen, indem Ihr bei der Abfrage bereits einen Ausweis parat habt. Es wird nur die Anwesenheit abgefragt. Eure Daten sind im Buchungssystem hinterlegt und können bei Bedarf abgerufen werden. Die Listen werden vier Wochen nach Kursende vernichtet.

Das Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung ist dabei verpflichtend.