



**HYGIENEREGLN für SPV Bewegungszentrum Friedrichsdorf**  
**3-G-Regel Stand 04.03.2022**

**3 G –Regel ab 4. März 2022**

Zutritt für alle Geimpften, Genesenen oder frisch getesteten Personen  
(Antigen-Schnelltest nicht älter als 24 Stunden)

**Ausnahmen:**

Kinder unter 6 Jahren und noch nicht eingeschulte 6jährige (keine Testnotwendigkeit)  
Schüler:innen legen das Schul-Testheft vor

**Vor dem Kurs**

- Alle Teilnehmer und die Begleitperson müssen bei Betreten des Gebäudes absolut symptomfrei sein.
- Nur ein Erwachsener darf das Kind begleiten. Weitere Begleitpersonen sind nicht erlaubt (Geschwisterkinder können zum Bringen und Holen mitgebracht werden können).
- Im Eingangsbereich wird Desinfektion für die Hände zur Verfügung gestellt. **Erwachsene tragen konstant einen Mund-Nasenschutz.**
- Das Gebäude wird einzeln mit Abstand betreten.
- Die Umkleiden werden unter Einhaltung der Abstandsregelung (1,5 m Abstand) genutzt. Dafür stehen auch im Gymnastikraum Bereiche für Damen und Herren bereit.
- **Ab dem Umkleidebereich ist Badeschuh-Pflicht für Erwachsene und Kinder, kein Barfußlaufen.**
- Im Umkleidebereich wird regelmäßig gelüftet, der frühere Herrenumkleideraum ist deshalb derzeit nicht für Kunden nutzbar.
- Zwischen Umkleide- und Duschbereich ist immer auf 1,5 m Abstand zu anderen Teilnehmern zu achten.
- **Die Teilnehmer duschen vor dem Schwimmen unter Wahrung des Mindestabstandes von 1,5 m mit ausreichend Wasser und Seife, max. 2 Personen gleichzeitig.**

**Während des Kurses**

- Das Schwimmbad wird einzeln und mit Abstand betreten. Vor dem Schwimmbecken sind die Markierungen zu beachten.
- **Bei den Anfängerschwimmkursen ist nur 1 erwachsene Person als Zuschauer in der Schwimmhalle erlaubt.** Von der Terrasse darf zugeschaut werden. **Bitte Schuhe wechseln und Schwimmhalle sauber halten!**

**Nach dem Kurs**

- Das Becken wird wieder einzeln und mit Abstand verlassen.
- Duschen nach dem Schwimmen dürfen nur hautsensible Teilnehmer nachdem die Teilnehmer des Folgekurses fertig sind, um Ansammlungen im Duschbereich zu vermeiden. Alle verlassen schnellstmöglich den Badbereich ohne Duschen durch die zweite Glastür (Einbahnstraße) direkt zum Umkleidebereich.
- Der Toilettenraum wird nur einzeln (bzw. Elternteil mit Kind) betreten. Händewaschen mit Wasser und Seife/Händedesinfektion ist unerlässlich.
- Desinfektionsmittel werden zur Verfügung gestellt. Für Wickeltische gibt es Desinfektionstücher.
- Im Foyer können sich max. 5 Erwachsene mit 1,5 m Abstand und Mund-/Nasenschutz aufhalten.