

Ablauf eines Trainingskurses

1. Du solltest dich spätestens **5 Minuten vor Kursbeginn** vor dem Eingang des Hallenbades einfinden. Dort wirst du von deinem Trainer/ deiner Trainerin in Empfang genommen, welche(r) den **Negativnachweis¹** sowie den **Mitgliedsausweis** kontrolliert.
2. Zum Kurszeitbeginn betrittst du zusammen mit dem Trainer/ der Trainerin das Hallenbad. Eltern und Begleitpersonen müssen vor dem Eingang warten und dürfen das Bad nicht betreten. Teilnehmende, die nach Beginn der Kurszeit erst am Bad eintreffen, können leider nicht mehr eingelassen werden.
3. Mit dem Betreten des Bades musst du einen **medizinischen Mund-Nasen-Schutz** tragen, welchen du vor dem Duschen in der Umkleide ablegen darfst.
4. Nach dem Umziehen musst du in der Umkleide warten, bis du von deinem Trainer/ deiner Trainerin abgeholt wirst.
5. Beim Verlassen der Umkleide nimmst du dein **Duschzeug** mit in die Halle, wo du es an einer festgelegten Stelle an der Wand abstellst.
6. In der Schwimmhalle begibst du dich zu deiner Bahn. Achte darauf, zu anderen Teilnehmenden den **Mindestabstand** einzuhalten.
7. **15 Minuten vor Kurszeitende** schicken dich dein Trainer/ deine Trainerin zum Duschen. Danach kannst du dich in der Umkleide umziehen, wofür du 10 Minuten Zeit hast. Denke daran, deinen Mund-Nasen-Schutz wieder aufzusetzen.
8. Nach dem Umziehen kannst du direkt nach vorne durchgehen und das Bad verlassen. Nach dem Verlassen des Bades ist der Bereich vor dem Hallenbad unverzüglich zu verlassen, um Menschenansammlungen zu vermeiden.

Mit freundlichen Grüßen

Die DLGR OG Rhede

¹ **3 G-Regel:** vollständig geimpft, genesen oder nachweislich negativ getestet (Test nicht älter als 48h).
Kinder unter 6 Jahren sowie schulpflichtige Kinder gelten laut Corona-Schutzverordnung als getestet.