

Liebe KiezTurner und Rehasportler!

Da die Auflagen für den Sport immer noch hoch sind, hier die wichtigsten Informationen:

Allgemeine Informationen zum Sportbetrieb:

- **Ganz** wichtig ist, dass überall und zu jeder Zeit der **Mindestabstand von 1,5 m** eingehalten wird. Darauf muss vor allem bei Gruppenräumen **vor und nach dem Sport** geachtet werden, aber auch am Empfang, auf der Treppe usw.
- **Es wird** weiterhin **empfohlen** den Mund-Nasenschutz solange wie möglich vor und nach dem Sport zu tragen.
- **Während des Trainings** muss ein **Mindestabstand von 2,5m** eingehalten werden.
- **Die Umkleiden dürfen nicht benutzt werden.** Empfohlen ist es weiterhin in Sportkleidung zu kommen und die Umkleiden zu meiden. Bringt **unbedingt** Sportschuhe und **ein eigenes Handtuch** mit.
- **Die Räume müssen oft gelüftet werden.** Wenn ihr Zugluft nicht vertragt, denkt daran eine Sportjacke oder Halstuch mitzunehmen.
 - **Die Duschen dürfen nicht benutzt werden.** Die WCs sind geöffnet. Desinfektionsmittel stehen zur Verfügung.

1. Die Sportgruppen Am Tempelhofer Berg:

Im Karateraum:

Ihr könnt zu den meisten Gruppen kommen!!! Bitte informiert euch auf den Kursplänen, welche Veränderungen es im Moment gibt.

Auch im Karateraum ist es unbedingt erforderlich, dass ihr vor Kursbeginn das Hygienekonzept des KiezTurner e.V. anerkennt und eure Anwesenheit mit eurer Unterschrift bestätigt. Dies ist eine Vorgabe des Gesundheitsamtes. **Bitte bringt unbedingt ein eigenes Handtuch mit. Barfuß zu trainieren ist nicht möglich.** Die Kursleiter werden euch nach dem Hygienekonzept durch den Gruppensport führen. **Bitte folgt den Anweisungen eurer Kursleiter.**

2. Die Sportgruppen in der Böcklerstraße:

Der Sport in der Böcklerstraße **hat mit allen Gruppen wieder begonnen.** Die Hygieneregeln und die Abstandregelungen gelten wie oben beschrieben.

3. Die Wassergruppen:

Auch die Wassergruppen in der Rheuma Liga können wieder **starten**. Im Moment sind allerdings alle Gruppen ausgelastet.

4. Das Gerätetraining:

Da momentan nur Rehabilitationssport stattfinden darf, ist der Geräteraum noch nicht wieder geöffnet.

Wir informieren euch an dieser Stelle über weitere Veränderungen und Entwicklungen und wünschen euch beim langsamen Einstieg in den Sport viel Spaß!

Euer KiezTurner-Team