

## Corona-Schutz-Regeln für die Wassergymnastikkurse der VHS Bottrop für Teilnehmer\*innen

auf der Grundlage der Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 (Coronaschutzverordnung – CoronaSchVo)  
(Stand 22.08.2022 – gültig für das 2. Semester 2022/23).

### Wichtiger Hinweis:

**! Falls Sie an Corona erkrankt sind, ein Corona-Fall in Ihrer Familie besteht oder Sie Anzeichen von grippalen Symptomen bei sich feststellen, können Sie nicht am Kurs teilnehmen.**

### Voraussetzung für die Teilnahme:

#### Zugang zu den Wassergymnastik-/Aqua-Fitness-Kursen

Es gelten die Zugangsvoraussetzungen laut tagesaktuell gültigen Corona-Schutz-Regeln, die über unsere Homepage unter [www.vhs-bottrop.de](http://www.vhs-bottrop.de) unter „Aktuelles“ veröffentlicht werden.

**Die jeweils erforderlichen Zugangs-Nachweise** sind vor Kursbeginn dem Kursleitenden unaufgefordert vorzuzeigen (Cov-App oder Original) und zusammen mit dem amtlichen Ausweis immer mitzuführen (für externe Kontrollen).  
Ohne aktuelle Nachweise ist eine Kursteilnahme ausgeschlossen.  
Beachten Sie, dass die Dusch- und Umkleidemöglichkeiten eingeschränkt sind.

### Vor Beginn des Kurses:

1.	Vor und nach der Sporteinheit empfehlen wir einen <b>Mund-Nasen-Schutz</b>
2.	Folgen Sie dem Leitsystem in dem jeweiligen Bad. Folgen Sie den Anweisungen Ihrer Kursleitung.
3.	Bringen Sie Ihre eigenen Handtücher mit. Das Mitbringen von Essen ist verboten. Die eigenen Gegenstände, Geräte dürfen nicht an andere Teilnehmer*innen weitergereicht werden.
4.	Jegliche Körperkontakte, z. B. bei der Begrüßung müssen unterbleiben.
5.	Der/die Kursleiter*in weist Ihnen individuelle Trainings- und Pausenflächen zu (je nach Vorgabe der Sportart: Diese sind gemäß den geltenden Vorgaben zur Abstandswahrung einzuhalten).
6.	Beachten Sie die Hinweise der Kursleiter*innen.
7.	Die Kursleiter*innen führen Anwesenheitslisten und <b>bei Notwendigkeit</b> die GGG-Liste zur Dokumentation des Impf- / Negativtestnachweises, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.

Bitte Rückseite beachten



### **Während der Kursübungen:**

8.	Halten Sie Abstand zu anderen Teilnehmende
9.	Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen.
10.	Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.
11.	Wenn Sie sich von dem Kurs entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden bei dem / der Kursleiter*in geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Toilettenanlagen. Toiletten können nur einzeln mit Abstand aufgesucht werden

### **Nach der Trainingseinheit**

12.	Um einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu gewährleisten, wird die Kurseinheit vorzeitig beendet.
13.	Nach Beendigung der Kurseinheit steigen Sie einzeln nacheinander aus dem Wasserbecken und gehen mit Abstand direkt zu den Umkleiden / Duschen. Bitte legen Sie möglichst den Mund-Nasen-Schutz wieder an.
14.	Verlassen Sie die Halle einzeln und zügig unter Einhaltung der Abstandsregeln. Ansammlungen sind zu unterbinden.