

## **Hygienehinweise für Bildungsmaßnahmen und die Beherbergung in der Landesturnschule des RTB**

Liebe Lehrgangsgäste,

wir freuen uns, Sie in einer Bildungsmaßnahme des Rheinischen Turnerbundes begrüßen zu dürfen. Wir danken Ihnen, dass Sie durch Ihr verantwortliches Verhalten zu einer weiteren Eindämmung der Verbreitung des Coronavirus beitragen!

- **Das Tragen einer medizinischen Maske (FFP2- oder OP-Masken) in allen öffentlichen Bereichen ist freiwillig.**

### **Übernachtungen**

- Die Übernachtungen in der Landesturnschule erfolgen in der Regel in Zweibettzimmern mit gemeinsamem Bad.

### **Wir beachten die allgemeinen Abstands- und Hygieneregeln**

- Es gilt der Grundsatz: So wenig Kontakt wie nötig und so viel AHA+L wie möglich:

#### **A** (bstand)

- Ein Mindestabstand von 1,5 m (besser 2 m) sollte grundsätzlich im gesamten Gebäude eingehalten werden.

#### **H** (ygiene)

- Beim Niesen oder Husten ist die Nies-Etikette einzuhalten (in die eigene Armbeuge oder in ein Taschentuch). Die Hände sollen nach Möglichkeit vom Gesicht ferngehalten werden.
- Die Hände sollen regelmäßig mit Wasser und Seife ausreichend lange gewaschen werden. Hand- und Desinfektionsmittel sind in den Gebäuden an zahlreichen Stellen vorhanden.

#### **A** (ltag mit Maske)

- Ein Mund-Nasen-Schutz (Mindestanforderung OP-Maske) ist zu tragen, sobald man das Gebäude betritt und sich in den öffentlichen Bereichen (Flure, Speisesaal, Umkleide etc.) aufhält.

#### **L** (üften)

- Die Seminarräume sollten möglichst alle 20 Minuten gut gelüftet werden (Stoßlüften, Fenster und gegenüberliegende Türen öffnen). In der Sporthalle ist die Lüftung dauerhaft eingeschaltet.

## **Sport- und Seminarbetrieb**

- An allen zentralen Stellen stehen Desinfektionsspender für die Hände bereit. In allen Seminarräumen stehen bei Bedarf Einweghandtücher und Desinfektionsmittel für eine Flächendesinfektion bereit (wenn gewünscht).
- Im Wartebereich im Speisesaal ist der Mindestabstand von 1,5 m einzuhalten (siehe Markierung). Jede Seminar- und Lehrgangsgruppe erhält eine feste Tischzuteilung.
- Wenn erforderlich, bitte ein eigenes, großes Handtuch als Unterlage für sportpraktische Inhalte mitbringen und benutzen.

**Insgesamt sind alle Gäste zum Eigenschutz aufgefordert, die allgemein gültigen Hygiene- und Infektionsschutzregeln zur Vermeidung von Infektionen einzuhalten!**

**Wir wünschen viel Spaß und Freude bei der Fortbildung!  
Bleiben Sie gesund!**

**Ihr Team der Rheinischen Landesturnschule**