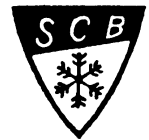


## **Abstands- und Hygienekonzept für Qi Gong**

- **dienstags von 18.30 – 21.15 Uhr in der Grundschulturnhalle**
- **donnerstags von 9.15 – 10.30 Uhr im Richard-Hirschmann-Raum**



**Verein: Ski-Club Benningen e.V.**

Verantwortliche Person: Frau Heidi Lohfink (Qi Gong-Lehrerin)

**Eine Teilnahme am Qi Gong ist nur bei Nachweis einer der 3 G** (geimpft, genesen oder getestet) möglich. Die Teilnehmer (TN) zeigen der verantwortlichen Person einen geeigneten Beleg.

Die TN erscheinen in **Sportkleidung**.

Im Eingangsbereich und in den Gängen gilt die **Abstandsregel von 1,5 m** sowie **Maskenpflicht**.

Der Aufenthalt in Toiletten ist so zu begrenzen, dass ein Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen den Nutzerinnen und Nutzern eingehalten werden kann. Die Toilette ist mit Seife, Papierhandtücher und Handdesinfektionsmittel ausgestattet.

Die Halle/der Raum wird vor und nach dem Qi Gong ausreichend gelüftet.

Für jede Qi Gongstunde erfolgt die Dokumentation der TN durch die verantwortliche Person. Vollständiger Name, Vorname, Anschrift, Telefonnummer.

Bei Fieber und/oder grippeähnlichen Symptomen bzw. Kontakt zu mit dem Corona-Virus infizierten Personen darf nicht teilgenommen werden.

Alle Teilnehmer füllen ein Formular mit vollständigem Namen, Vorname, vollständige Anschrift und Telefon Nr. aus und gestatten mit ihrer Unterschrift, dass ihre Daten an entsprechende Behörden weitergeleitet werden können.

Die Qi-Gongstunde erfolgt an einem festen Platz mit 1,5 m Abstand zu den anderen Teilnehmern und zur Qi Gong-Lehrerin. **Es ist entweder eine eigene Gymnastikmatte oder ein großes Badetuch mitzubringen.**

Ausdauersport wird nicht betrieben.

Eventuell benutzte Kleingeräte werden nach dem Übungsbetrieb gereinigt bzw. desinfiziert.

Benningen, 11.09.2021

**Ski-Club Benningen e.V.**