



Geschäftsstelle

Mainzer Sportverein e.V.
Laubenheimer Straße 40a
55130 Mainz
Telefon 06131 - 6695874
Telefax 06131 - 6695875
E-Mail mainzer-sportverein@web.de

Hygieneregeln und Ablaufplan einer Aqua-Fitness-Stunde

Ankunft am Mainzer Taubertsbergbad

- Treffpunkt der Teilnehmer **15 Minuten** vor Stundenbeginn „**vor dem Eingang**“ des Mainzer Taubertsbergbades
- Sie werden von unseren Trainer Christian Döring in Empfang genommen
- der Nachweis über eine vollständige Impfung oder Genesung ist vorzuzeigen. Nur mit solch einem Nachweis ist eine Teilnahme an der Aqua-Fitness-Stunde möglich
- die Teilnahmegebühr in Höhe von € 10,00 ist beim Trainer zu entrichten (bitte abgezählt mitbringen)
- danach ist die Anwesenheitsliste zu unterschreiben (bitte bringen Sie hierfür einen „eigenen“ Kugelschreiber mit)

Einlass ins Sportbad

- gemeinsames Betreten des Eingangsbereiches mit Mund-Nasen-Schutz
- Herr Döring wird Sie (mit der erforderlichen Abstandsregelung von 1,5 m) zu den Umkleidekabinen bringen, auf dem Weg dorthin finden Sie „hinter der Kasse“ einen Spender mit Desinfektionsmittel

Umkleidebereich

- für das Umkleiden stehen uns 12 Einzelumkleiden zur Verfügung
- im gesamten Umkleidebereich muss jeder Teilnehmer eigenverantwortlich auf den Mindestabstand achten
- die komplette Kleidung und Schuhe müssen mit ins Sportbad genommen werden

Weg zum Schwimmbecken

- gemeinsamer Weg ins Sportbad mit Mund-Nasen-Schutz (bitte Abstand von 1,5 m beachten)
- bitte bringen Sie sich für den Weg Badeschuhe mit
- in der Nähe der Kasse stehen Ihnen kleine Wertschließfächer zur Verfügung (hierfür benötigen Sie ein 1 oder 2 Euro Geldstück)
- im Sportbad können Sie an der Fensterseite Ihren Mund-Nasen-Schutz abnehmen
- für das Ablegen Ihrer Taschen kann die Fensterbank an der Fensterseite genutzt werden
- zum Duschen stehen Ihnen im Bad 3 installierte Kaltwasserduschen zur Verfügung

Regeln für die Aqua-Fitness-Stunde

- für die Aquagymnastik-Teilnehmer geht es danach direkt über die Treppe ins Lehrschwimmbecken (bitte nicht die beiden Ein-/Ausstiegsleitern benutzen)
- die Aquajogging-Teilnehmer nehmen sich danach bitte einen desinfizierten Aquajogging-Gürtel, legen diesen an und gehen direkt über eine Leiter ins Sprungbecken (auch dabei bitte den Abstand von 1,5 m beachten)
- auch während der Aqua-Fitness-Stunde gilt die Abstandsregelung
- nach der Stunde wird dann mit entsprechendem Abstand das Lehrschwimmbecken bzw. Sprungbecken verlassen
- Sie haben dann die Möglichkeit, sich kurz an den Kaltwasserduschen abzuduschen (ohne Duschgel, Seife, Shampoo...)

Verlassen des Sportbades

- desinfizieren Sie sich am Bademeisterstand Ihre Hände
- Herr Döring wird Sie danach wieder gemeinsam mit entsprechendem Abstand von 1,5 m zu den Umkleidekabinen bringen - hierzu ist der Mund-Nasen-Schutz aufzusetzen
- nach dem Umkleiden ist bis zum Verlassen des Schwimmbades ebenfalls der Mund-Nasen-Schutz zu verwenden
- das Schwimmbad muss nach dem Umziehen zügig verlassen werden.

Ergänzende Hinweise

Bitte beachten Sie, dass Personen, die sichtbare Symptome einer Atemwegsinfektion aufweisen, der Zutritt ins Schwimmbad verwehrt wird !

Die „Ergänzung der Haus- und Badeordnung in der Corona-Pandemie“ des Taubertsbergbades sowie der o.a. Ablaufplan sind von allen Teilnehmern zwingend einzuhalten !

Im Sportbad dürfen max. 2 Personen die Damen/Herren-Toiletten gleichzeitig benutzen !

Ein Schwimmen vor oder nach der Aqua-Fitness-Stunde ist leider nicht möglich !

Die Föhne und Spiegel auf dem Gang zu den Sammelumkleiden (bzw. zu den Wasserflächen) dürfen nicht benutzt werden !

Leider ist es nicht möglich, verspätet an der Stunde teilzunehmen oder diese früher zu verlassen !