

# Sportverein Lohhof e.V.

Lockerungen im Sport  
ab 22. Juni 2020

## Die wichtigsten Regeln



### Schutz- und Hygienemaßnahmen

- ✓ Mindestens 1,5 m Abstand halten
- ✓ Regelmäßiges Händewaschen
- ✓ Sportgeräte nach Gebrauch desinfizieren
- ✓ Maskenpflicht vor und nach dem Sport
- ✓ Kurse mit festem Teilnehmerkreis
- ✓ Verstärkte Reinigung von Kontaktflächen
- ✓ Bei Krankheitssymptomen kein Sport
- ✓ Umkleiden und Duschen sind geöffnet/geschlossen

### Regeln für den Indoorsport

- ✓ Abstand halten
- ✓ Kein Körperkontakt
- ✓ Hygieneregeln einhalten
- ✓ Max. 60 Minuten Training
- ✓ Maskenpflicht beim Betreten von Materialräumen
- ✓ Regelmäßiges Lüften von geschlossenen Räumen

**INDOOR**

**BLSV**