

**Auf Grund der aktuellen COVID-19-Situation gelten ab sofort folgende Regeln rund um das Training. Die Regeln basieren auf den Empfehlungen des Deutschen Kickboxverbandes und den Vorgaben der Corona-Verordnung des Landes Hessen (Lockerungen seit dem 01.08.2020)**

1. Umkleiden und Duschen sind mit maximal vier Personen zu betreten!
2. Desinfizieren der ausgelegten Trainingsmatten im jeweiligen Trainingsbereich.
3. Jeder Sportler bewegt sich während des Aufwärmens in einem eigenen Trainingsfeld ( 9 m<sup>2</sup>).
4. Trainingsgruppen sind auf 10 Sportler begrenzt.
5. Ausreichender Abstand (2 m) der Sportler vor und nach dem Training.
6. Die Halle wird ausreichend belüftet.
7. Hände und Füße werden vor dem Training desinfiziert.
8. Kein Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen.
9. Es wird nur eigenes Equipment benutzt.
10. Es gibt keine Zuschauer.
11. Wer sich nicht an die Vorgaben hält wird vom Training ausgeschlossen.
12. Teilnehmer Liste wird geführt / jeder Sportler hat seinen eigenen Kugelschreiber zum unterzeichnen mitzubringen.

Messel, den 10.08.2020

TTC 1955 Messel e.V.

Der Vorstand