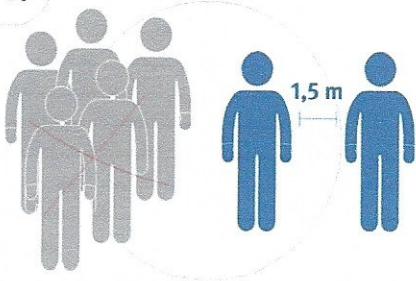
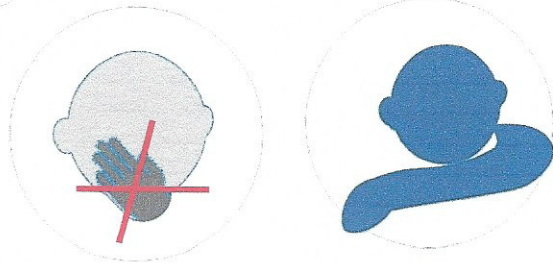


# wichtige Regeln in Covid-19 Zeiten

1. *min. 1,5 Meter Abstand, Handschlag unterlassen*



2. *in die Armbeuge husten und niesen  
nicht mit den Händen ins Gesicht fassen*



3. *gründliche Handhygiene*



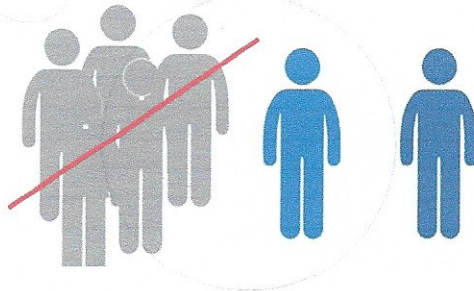
4. *Reinigung/Desinfektion der Gegenstände, Türen, Türgriffe etc  
die häufig berührt werden mehrmals täglich*



5. *individuell zum Verein fahren*



6. *Gruppen klein halten*



7. *Vereinsheim bleibt geschlossen  
Ausnahme WC*



8. *Zeitplanung, "Warte"Schlangen vermeiden*



9. *ausserhalb des Sports Masken tragen*



10. *Risiken vermeiden*

*Menschen mit Krankheitssymptomen  
gehören zum Arzt, nicht ins Training*

*Risikogruppen schützen*

