

# Covid-19 Checkliste Training

## Die Schutzmassnahmen des BAG sind jederzeit einzuhalten!

### Vorbereitung auf das Training

- Anmeldung für das Training obligatorisch. Pro Norm-Einfachturnhalle sind maximal 8 Spieler und 2 Trainer zugelassen.
- Zuhause umziehen und in Trainingskleidern in die Sporthalle kommen
- Eigenes Material: Jeder Spieler bringt seinen eigenen Schläger und seine eigenen markierten Bälle mit (mit permanentem Filzstift farblich kennzeichnen)
- Eigene Verpflegung mitbringen
- Wenn möglich mit dem Velo oder zu Fuss zum Training kommen
- Betreten der Halle erst 5 Minuten vor Beginn der Trainingszeit und unter Einhaltung der Abstandsregeln

### In der Halle

- Nur symptomfreie Personen dürfen die Halle betreten!
- Abstandsregeln einhalten, keine Handshakes!
- Vor und nach dem Aufbau der Tische und Umrandungen die Hände waschen
- Spielfläche für jeden Tisch mindestens 4.5m x 12m, Tischumrandungen aufstellen, Pro Tisch 2 Spieler; 2m Abstand zwischen den Spielfeldern
- Pro Trainingsgruppe maximal 4 Spieler an 2 Tischen und ein Trainer
- bei 2 Trainingsgruppen in einer Halle kein Wechsel der Trainingsgruppe möglich
- Anwesenheitsliste führen und an Covid-19 Verantwortlichen des Vereins senden

### Im Training

- Vor und nach dem Training gründlich die Hände waschen
- Nur Einzel, kein Doppel trainieren
- Nur die eigenen Bälle anfassen
- Hände nicht am Tisch abwischen und den Tisch während des Trainings nicht anfassen
- Handtuch nur mit der Spielhand anfassen!
- Während des Trainings mit der Nichtspielhand nicht ins Gesicht fassen!

### Nach dem Training

- Direkt nach Hause gehen und dort duschen (Garderoben geschlossen)
- Nach jedem Training eigenen Schläger und Bälle mit Wasser und Seife waschen