Hygienekonzept Indoorcycling im Hochschulsport

Allgemeine Auflagen und Hygiene:

- Bei jedem Kurstermin wird eine Anwesenheitsliste geführt
- Beim Betreten und Verlassen der Sportstätte ist eine medizinische Maske bzw. eine FFP2-Maske zu tragen
- Vor und nach dem Kurs desinfizieren sich alle Teilnehmenden gründlich die Hände
- Die Spinningbikes werden nach jedem Kurs desinfiziert
- Während des gesamten Kurses ist der Raum zu belüften
- Die Nutzung der Umkleidekabinen und Duschen bleibt untersagt
- Die geltenden Abstandsregeln sind jederzeit einzuhalten
- Personen mit Krankheitssymptomen sind vom Kurs auszuschließen

Kursstruktur:

- Der Kurs wird auf 5 Teilnehmende begrenzt, welche eine feste Gruppe bilden
- Die Spinningbikes sind mit ausreichend Abstand zueinander aufzustellen
- Auch während der Pausen sind die geltenden Abstandsregeln zu befolgen
- Es wird auf Begrüßungen und Verabschiedungen per Handschlag verzichtet