



Unterweisung zu den Kontakt-, Hygiene- und Verhaltensregeln für die Teilnahme an Sport-Kursen des Zentrum für Hochschulsport der Goethe-Universität Frankfurt 2021

gemäß Hygienevorschriften des Robert-Koch-Instituts und Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung des Landes Hessen zur Vermeidung von Infektionskrankheiten / SARS-CoV-2

Die nachfolgenden Regelungen gelten jeweils für die Dauer der Kurslaufzeit. Sie werden einmalig bei der Kursbuchung bestätigt. Bei jeder Kursteilnahme erneuert sich die Bestätigung dieser Regeln automatisch. Mit ihrer Anmeldung bestätigen alle Teilnehmenden die Kenntnisnahme und Einhaltung der im folgenden aufgeführten Regeln an Sport-Kursen des ZfH:

1. Aufklärung und Informationspflicht
 - Eine Teilnahme ist nur ohne coronaspezifische Krankheitssymptome (z.B. Fieber, trockener Husten, Müdigkeit) erlaubt. Bei Krankheitssymptomen sollen sofort die notwendigen Maßnahmen eingeleitet werden (siehe Hinweise des RKI!).
 - Die Teilnehmenden/ Übungsleitenden bestätigen durch ihre Unterschrift, dass für mindestens zwei Wochen vor der Teilnahme an einem Kurstermin kein Kontakt zu einer infizierten Person bestand.
 - Um eine mögliche Infektionskette nachverfolgen zu können, werden alle Teilnehmenden (auch Übungsleitenden und Co-Trainer*innen) bei jedem Termin namentlich dokumentiert.
 - Der Einlass in die Sportstätten erfolgt erst nach einer Zugangskontrolle durch das Personal des ZfH.
 - Personen, die ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf bei COVID-19 haben (Risikogruppen), wird in eigenem Interesse empfohlen, enge Kontakte soweit wie möglich zu vermeiden und nicht an größeren Veranstaltungen teilzunehmen. Wenn sie auf freiwilliger Basis teilnehmen möchten, dann dürfen sie das. Sie bestätigen ihre Freiwilligkeit und die Kenntnis über das erhöhte Risiko mit der Bestätigung dieses Formulars.
 - Die Teilnehmenden/ Übungsleitenden bestätigen, das Zentrum für Hochschulsport umgehend schriftlich zu informieren, sofern sie innerhalb von zwei Wochen nach Besuch eines Kurses ein bestätigter Fall oder Verdachtsfall einer Covid-19 Infektion sind.
2. Abstandsregelungen und Maskenpflicht
 - Es besteht die Verpflichtung eine Mund-Nasenbedeckung vom Betreten des Geländes bis zur Aufnahme der Kursaktivität zu tragen. Mit Beendigung der sportlichen Aktivität gilt die Maskenpflicht wieder bis zum Verlassen des Geländes.
 - Bei allen Aktivitäten gilt grundsätzlich ein Abstand von mindestens 3 Metern, Ausnahme: bis 5 Personen aus zwei Haushalten dürfen gemeinsam Sport treiben. In entsprechenden Kursen werden diese Dokumentiert. Die Abstandsregelung gilt sowohl für die Kursdurchführung als auch vor und nach dem Kurs (angepasste Begrüßungsrituale: kein Händeschütteln und Umarmen oder „Abklatschen“!).
 - Gruppen dürfen nur aus maximal zwei Haushalten mit fünf Personen bestehen. Zwischen den Gruppen muss mindestens 3 Meter Abstand gehalten werden. Hilfestellungen können nur von einer anderen Person aus dem eigenen oder einem fremden Haushalt geleistet werden oder von der*dem Übungsleitenden mit einer FFP2-Maske, wenn die Abstandsregelung nicht einzuhalten ist.
 - Die Sportstätte und das Gelände sind unmittelbar nach Beendigung des Kurses zu verlassen. Ein Verweilen vor und nach dem Kurs ist untersagt.
3. Hygieneregeln
 - Häufiges Händewaschen mindestens dreißig Sekunden lang mit Seife und Wasser. Berühren Sie Ihr Gesicht nicht mit den Händen.
 - Husten/Niesen in die Armbeuge.
 - Eigenes Handtuch/Matte mitbringen und verwenden.
4. Umkleiden und Duschen
 - Die Umkleiden und Duschen sind geschlossen. Bitte kommen Sie bereits in Sportkleidung zum Sport!
5. Sportartspezifische Regeln werden jeweils durch den Übungsleitenden kommuniziert. Den Aufforderungen der Übungsleitenden ist Folge zu leisten.
6. Änderungen der Hygiene-, Kontakt und Verhaltensregeln
 - Veränderungen (Verschärfung oder Lockerung nach Vorgaben des Landes Hessen) dieser Regelungen, werden alle Teilnehmer per Mail mitgeteilt. Eine erneute Bestätigung von Seiten der Teilnehmer wird vorausgesetzt und bedarf keiner weiteren Bestätigung.

Die erforderlichen Maßnahmen zur Eindämmung der Ausbreitung von Covid-19 habe ich gelesen. Ich akzeptiere die o.g. Hygiene-, Kontakt und Verhaltensregeln und halte mich daran.

Ich bestätige, dass meine Daten im Falle eines Infektionsauftretens in dem von mir gebuchten Kurs, an die zuständigen Stellen zur Nachverfolgung der Infektionsketten weitergeleitet werden dürfen.



Instruction into the rules & regulations regarding contact, hygiene and general conduct related to the participation in the sports-courses of the Zentrum für Hochschulsport of the Goethe-University Frankfurt 2021

in accordance with the hygiene regulations of the Robert-Koch-Institut and the Corona-contact- and work-restriction-act (Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung) of the county of Hessa for the prevention of infectual diseases / SARS-CoV-2

The following rules & regulations are supposed to be in effect for the entire duration of term. You approve to follow these rules & regulations onetime by booking a course, and you automatically renew your consent to follow them each time you participate a course simply by virtue of presence. Every participant of a course acknowledges, and legally confirms, their notice and abidance to the rules & regulations in regards to their participation of courses of the ZfH as well as the rules & regulations in regards to their general conduct while within the premise, by simply booking a course. These are as followed:

1. The obligation to inform and clarify
 - Participation is not allowed if the participant has any kind of Corona specific symptoms (e.g. fever, dry coughing, languidness, loss of taste or smell, etc.). While in case of symptoms, necessary steps (check RKI recommendations) have to be taken immediately!
 - By signature, the participants & trainer attest that they did not have any kind of contact to an infected person for at least two weeks prior to their course participation.
 - Every course participants and trainers names will be recorded for every single session, if the necessity arises to retrace a chain of infection.
 - Access to the sports facilities takes place after admission control by the staff of the ZfH.
 - Anyone from the any of the corona risk groups is highly advised to avoid close contact to everyone else and to refrain from participation in courses with high membership.
 - While you are allowed to book and partake in these courses, by signing of this form you attest that you are aware of the increased risks and confirm that you chose to participate despite these risks and out of your own free will.
 - All Participants & trainers obligate themselves to immediately send written disclosure to the ZfH if they get to know that they happen to be a confirmed case of Covid-19 infection, within two weeks after course participation.
2. Social distancing regulations and mandatory mask-wearing
 - The strict obligation to wear a Mask (Mund-Nasenbedeckung) starts by entering the premise and is in effect until reaching the designated exercise spot and the begin of the course activity. At the end of the course activity and upon leaving the designated exercise spot, said obligation to wear a Mask (Mund-Nasenbedeckung) is again in effect, until finally leaving the premise through the main gate.
 - During all activities, there has to be a distance of at least 3 metres between everyone. The only exception being a maximum of 5 people originating from 2 different households at max. In courses where this happens, it has to be documented. The rules regarding distancing apply within the whole premise, not only during the course, but before and after it as well (i.e. no handshakes, hugs or high fives).
 - Groups are only allowed if they consist of members of two different households at max and five people at most. Between these groups a distance of at least 3 metres is mandatory. Assistance is only allowed if it is given by a member of the same household, a singular (and as afore mentioned always the same) different household or the official trainer who has to wear an FFP2-mask if distancing rules can not be adhered to.
 - The sports facilities as well as the premise as a whole are to be left as soon as the course ends. Lingering or delay are prohibited.
3. Rules regarding Hygiene
 - Frequent washing of hands, at least 30s under the utilisation of water and soap.
 - Do not touch your face with your hands.
 - Coughing or sneezing only in ones own armpit.
 - Bring and use only your own towel (and if necessary for the course, your own mat as well).
4. Locker room and shower
 - Locker rooms and showers are closed! Please plan accordingly, you should already be in your sportswear on arrival.
5. Specific rules regarding each sport or course
 - These will be communicated by the trainer who is responsible, his/her instructions are to be followed.
6. Changes to rules regarding hygiene, contact or general conduct.
 - Each and every participant will be informed of any changes to these rules (any tightening or relaxation which might occur, following the standards given by the county of Hessa) via their specified mail contact. Further consent to obey these rules will be assumed and does therefore not require additional affirmation.

I have read these necessary measures for the spread reduction of Covid-19. I accept these rules & regulations in regards to hygiene, contact, distance and general conduct as they are mentioned above and I place myself under the obligation to follow them.

I consent, that my personal data will be shared with the relevant authorities for the means of retracing an infection chain, if the case of an infection in my course should occur.