

## Schutz- und Hygienemaßnahmen für alle TeilnehmerInnen von Rock'n'Pole Regensburg

Zur Eindämmung der Ausbreitung des Covid-19 Virus verpflichten sich alle TeilnehmerInnen, die folgenden Infektionsschutzgrundsätze und Hygieneregeln einzuhalten.

**Bereits bei leichten Krankheitssymptomen oder Kontakt zu einer infizierten Person kann nicht am Unterricht teilgenommen werden.**

### Durch die TeilnehmerInnen selbst mitzubringen:

- **Zwei Lappen/Handtücher** um den eigenen Tanzbereich und die Stange zu desinfizieren.
- Ein eigenes Getränk. Trinkflaschen bitte schon zu Hause befüllen.
- Ein **Mund-Nasen-Schutz** (MNS).
- Für **Conditioning**-Stunden: Eine **eigene Matte** & Zubehör nach Bedarf.

### Vor dem Kurs:

- Die Umkleidebereiche sind geschlossen, bitte bereits **umgezogen erscheinen**.
- Das Studio wird erst **10 min. vor Beginn** der Kursstunde betreten, damit die vorhergehende Gruppe die Räumlichkeiten bereits verlassen konnte.
- Beim Warten **vor** dem Studio und **beim Betreten** des Studios ist ein **MNS** zu tragen und ein **Mindestabstand von 1,5 m** zu anderen Personen zu halten.
- Direkt nach dem Eintritt **Hände gründlich waschen oder desinfizieren**.

### Während dem Kurs:

- Im Kursraum bekommt jede/r Teilnehmer/in **eigenes Desinfektionsmittel** für die Stange und den Boden des eigenen, markierten, Tanzbereiches zur Verfügung gestellt.
- Wenn alle TeilnehmerInnen in ihrem eigenen Tanzbereich stehen und die Stunde startet, darf der **MNS auf freiwilliger Basis** abgenommen werden.
- Auch während der Kurse gilt die **Abstandsregel**. Sollte ein/e Teilnehmer/in den eigenen Bereich verlassen müssen, gilt die **MNS-Pflicht** für alle Personen im Raum.
- **Handys** dürfen nicht weitergegeben oder außerhalb des eigenen Bereiches aufgestellt werden.  
*(Natürlich können andere Teilnehmer gebeten werden, aus ihren Tanzbereichen heraus zu fotografieren und das Bildmaterial dann zuzusenden.)*
- **Hilfestellungen** sind ab sofort bei max. 5 Personen möglich (Inkl. Trainer). Wichtig ist hier, dass der Trainer einen **Mund- und Nasenschutz** tragen muss, bei den Schülern wird dies empfohlen, ist jedoch aus Sauerstoffgründen keine Pflicht.

### Nach dem Kurs:

- Direkt nach Beendigung der Stunde gilt die **MNS-Pflicht** wieder.
- **Stangen** und **Böden** des eigenen Tanzbereiches (lediglich wenn die Hände oder Gesicht/Kopf ihn in der Stunde berührt haben), sowie die **Sprühflaschen**, werden desinfiziert.
- Das Studio wird zügig und **einzelnen verlassen**, beginnend mit der Schülerin, die der Tür am nächsten ist.
- Bei **Fragen und Anliegen** oder dem Wunsch im **Shop** zu stöbern kann im Wartebereich auf der Treppe zum Dachgeschoss gewartet werden bis die Gänge und das Büro frei sind.