

ALLGEMEINE HYGIENEREGELN FÜR DIE SAUNA-NUTZER (STAND 03.06.2021)



NUR GESUND TRAINIEREN

Saunieren darf man nur, wenn man **völlig gesund** ist. Bei Krankheitszeichen zuhause bleiben und ggf. einen Arzt aufsuchen. Infizierte und Menschen, die mit einem Infizierten in Kontakt waren, dürfen 14 Tage lang nicht zum Saunieren kommen. Sauna-Nutzer mit einem **positiven Corona-Testergebnis**, melden sich bitte umgehend telefonisch im activity oder per Mail an corona@tsv-schmiden.de.



ABSTAND HALTEN

Immer den **Mindestabstand von 1,5 m** zu anderen Sauna-Nutzern einhalten. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen oder jubeln in der Gruppe ist zu verzichten. Toiletten dürfen nur einzeln benutzt werden. Vorher und nachher Hände waschen.



DESINFEKTION

Bitte **gründlich duschen**, bevor Sie die Saunakabine oder das Fußbecken betreten. Bitte bringen Sie Badeschuhe mit. Die **komplette Kontakt- bzw. Auflagefläche** ist in der Sauna-Kabine mit einem ausreichend großen Handtuch, oder durch Auslage mehrerer Handtücher, **vollständig zu bedecken**. Es gibt keinen Aufguss. Die Liegen sind mit einem **ausreichend großen Handtuch** zu bedecken. Es liegen keine Fleece-Decken aus. Nach Nutzung der **Saunaliege**, bitte anschließend die Liege mit den vorhandenen Desinfektionstüchern **reinigen**. Aus hygienischen Gründen ist unsere kostenlose Getränkebar gesperrt. Der Kauf von Getränken vor Ort ist möglich. Sanarium (60°C) steht nicht zur Verfügung. Diese wird auch auf 90°C hochgeheizt. Physiotherme ist gesperrt.



TRAGEN EINES MUND-NASE-SCHUTZ

Nach der **AHA-Formel** (**A**bstand, **H**ände waschen und **A**lltagsmaske) muss ein Mund-Nasen-Schutz (**FFP2 oder eine medizinische Maske**) überall dort getragen werden, wo der Mindestabstand nicht immer eingehalten werden kann, sprich im Eingangsbereich und auf den Laufwegen.



RICHTIG HUSTEN UND NIESEN

Beim Husten und Niesen Abstand von anderen halten und sich wegrehen. Taschentuch benutzen oder Armbeuge vorhalten.



BEGRENZUNG DER GRUPPENGROSSE

Die Vorgaben zur Gruppengröße sind immer unter Beachtung der Abstandsregeln einzuhalten. Pro **Sauna-Kabine** sind **3 Personen** zugelassen. Eine **Sauna-Gruppe** besteht aus maximal **6 Personen**.