

Sicherheitskonzept der Tai Chi Schule Pasing mit Hygienemaßnahmen und Regeln zum Schutz vor Infektionen mit dem Coronavirus (CV)

A : Räumlichkeiten - B : Maßnahmen - C : Verhaltensregeln und Personenleitsystem:

A) Die speziellen Voraussetzungen durch die Räumlichkeiten und Lage

- Eigene große Übungswiese im Hof:
alle Kurse finden draußen statt, wenn es die Wettersituation zulässt.
- Hof und Wiese dienen als zusätzlicher Aufenthalt - und Wartebereich
- Großzügige Räumlichkeiten:
- Übungsraum (Saal): 150 qm Fläche und 3,20 m Raumhöhe
- mit komplette Fensterfronten auf Ost- und Westseite
- mit großen gegen überliegenden Industriefenster zum durchlüften
- geregeltes Personenleitsystem in großen breiten Fluren und weitläufigen Flächen
mit ausreichend Platz um mehr als 1,50 m Abstand zu halten,
- Zwei Zugänge zum Übungsraum, so ist der Gruppenwechsel ohne unnötigen Kontakt und Warteschlange möglich.
- großer Kunden-Parkplatz im Hof

B) Getroffene Maßnahmen

Im Übungsraum gibt es Markierungen für die Platzierung der Kursteilnehmer

Die Aufstellung der Teilnehmer wird so angeordnet das ein Abstand von mindestens 2 m gewährleistet ist

Bei allen Gruppen kann in der Regel ein Abstand von mehr als 2 m eingehalten werden.
Es gibt nur Gruppen mit bis max. 15 Personen (momentan sind es weniger)

Alle Übungen werden kontaktfrei ausgeführt

Die wöchentlichen Gruppen-Kurse dauern max. 50 min , mit jeweils 3 Trainingseinheiten ,
zwischen den Einheiten wird durchgelüftet. Außerdem bleiben auch während des Unterrichts
einzelne Fenster geöffnet.

In der mindesten 10 minütigen Pause zwischen den Kursgruppen wird komplett durchgelüftet
(mit insgesamt 10 großflächigen Doppelfenstern auf den gegenüberliegenden Fensterfronten.)

Beim Gruppenwechsel erfolgt **der Einlass einer Gruppe über den Eingang auf der Südseite**
des Übungsraumes , **das Verlassen der Gruppe erfolgt am Zugang auf der Nordseite des**
Raumes.

Dadurch wird ein Kontakt zwischen den Gruppen vermieden.

Es gibt ein geregeltes Personenleitsystem und spezielle Maßnahmen für die Flure und Aufenthaltsflächen mit ausreichend Platz um mehr als 1,50 m Abstand zu halten. Es wurden die Plätze in den Wartebereichen Treppenhaus und Podest reduziert und die Wartebereiche in den Fluren komplett als zusätzliche Ausweichbuchten freigehalten. (exakte Anweisungen s.u. Regeln)

Es stehen überall die notwendigen Desinfektionsmittel zur Verfügung mit den entsprechenden Hinweisen und Anleitungen.

Die Garderoben und Umkleiden sind geschlossen. Teeküche und Ausschank ist geschlossen

Die Schüler werden informiert über alle allgemeinen und speziellen Maßnahmen und erforderlichen Regeln.

C) Die allgemeinen Regeln und speziellen Anweisungen für die Schüler/ Kursteilnehmer

Allgemeine Regeln

Die Teilnahme am Training ist nicht erlaubt, wenn Symptomen einer Atemwegsinfektion vorliegen, dies gilt auch wenn dies eine Person aus dem gleichen Haushalt betrifft.

Bei einem positiven Test (CV) einer Person im eigenem Haushalt: mindestens 14-tägiges Fernbleiben vom Unterricht.

Jeder ist aufgefordert sich an die Abstandsregel von 1,5 m oder mehr zu halten.

Bitte Gesichtsmasken in Bereitschaft halten. Beim Betreten der Schule und Treppenhaus ist eine geeignete Mund -Nasen-Bedeckung zu tragen.

Das Praktizieren der Tai Chi und Qi Gong Übungen im Übungsraum ist ohne Maske erlaubt.

Haltet Euch an die allgemein gültigen Hygieneregeln (regelmäßiges Händewaschen, und desinfizieren, Niesen in die Armbeuge usw.) Es stehen an allen notwendigen Stellen ausreichend Reinigungs - und Desinfektionsmittel bereit.

Wenn möglich, kommt bitte mit gewaschenen Händen zum Training und nehmt wenn möglich auch ein eigenes Fläschchen zur Handdesinfektion mit.

Die Toiletten unbedingt nur einzeln zu betreten. Schon im eigenen Interesse schlagen wir vor, diese nur in dringenden Fällen zu nutzen. Es stehen Handdesinfektionsmittel, Flüssigseife und Einmalhandtücher zur Verfügung.

Die Toiletten- Eingangstüre bleibt immer in geöffneten Zustand, damit das Benutzen der Türklinken vermieden wird. (die Toilettentüren selbst sind natürlich abschließbar).

Spezielle Anweisungen

Wir üben bevorzugt draußen, wenn es die Wettersituation zulässt.

Die Garderoben dürfen nicht benutzt werden, - bitte kommt schon in bequemer Kleidung oder Tai Chi Anzug, möglichst keine Taschen mitbringen, Mäntel, Jacken soweit möglich im Auto lassen.

Schuhe wie gewohnt vor den Schuleingang ausziehen, **mitnehmen und am Saalende (Übungsraum) im Schuhständer ablegen.**

Bitte beachten beim Verlassen nutzen wir ab jetzt vorübergehend unseren 2. Zugang auf der Nordseite des Übungsraumes.

Im Hof auf der Nordseite geht ihr rechts um das Gebäude herum, dann an der Ostseite entlang kommt ihr wieder zum Parkplatz zurück.

Die die letzte Gruppe (je Vormittag und am Abend) kann die Schuhe wie gewohnt am Schuleingang lassen und auch dort die Schule wieder verlassen.

Personenleitsystem :

Die Wartebereiche im Treppenhaus und auf dem Podest im Empfang links sind auf je 4 Plätze reduziert, damit der notwendige Abstand von 1,5 m eingehalten werden kann.

Auf denn Tresen stehen Desinfektionsmittel zur Verfügung

In dem Bereich nach der grauen Holztür, im Vorraum (bei der Infotafel und den großen Pflanzen) und dem Flur zum Übungsraum gibt es keinen Wartebereich mehr. Der entstandene freie Platz dient als zusätzlicher Raum um notfalls mehr Platz zum Ausweichen zu haben.

Ab hier bitte nur einzeln eintreten.

Bitte unbedingt pünktlich zum angewiesenen Unterrichtstermin kommen, damit wir längere Warteschleifen und größere Personenansammlungen in den Aufenthaltsbereichen vermeiden können.

Alle Gruppen sollten 10 min - spätestens 5 min vor Kursbeginn anwesend sein, d.h. vor dem Schuleingang (1.Stock) warten, bis sie vom Lehrer/Übungsleiter dort abgeholt werden.

Für alle Gruppen gilt - so gut wie möglich zur angewiesenen Zeit zu kommen, d.h. auch:

Möglichst nicht viel früher da zu sein, um Warteschlangen zu vermeiden

Wer früher kommen muss, bitte möglichst auch den Hofbereich draußen nutzen.

Gerald Impelmann und Team Tai Chi Schule Pasing