



Gästeeinformation zur Nutzung des Fitnessraumes und des Dusch- und Umkleideraumes

Liebe Lehrgangsteilnehmerinnen und Lehrgangsteilnehmer, liebe Gäste an der ALP,
liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

die Nutzung des Fitnessraumes und des Dusch- und Umkleideraumes an der ALP erfordert einen verantwortungsvollen Umgang mit den Hygieneanforderungen und deren strikte Beachtung.

Wir bitten Sie, die wesentlichen Regelungen aus dem Schutz- und Hygienekonzept für den Fitnessraum und den Dusch- und Umkleideraum im Kellergeschoss von Haus B einzuhalten:

- Von der Nutzung des Fitnessraumes und dem Umkleideraum mit Duschen sind folgende Personen ausgeschlossen:
 - Personen mit nachgewiesener SARS-CoV-2- Infektion
 - Personen mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen
 - Personen, die einer Quarantänemaßnahme unterliegen
 - Personen mit unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere (wie z.B. Atemnot, Husten, Schnupfen) oder für eine Infektion mit SARS-CoV-2-spezifischen Symptomen (Verlust des Geruchs- u. Geschmackssinns).
- Es dürfen sich **maximal 2 Personen** im Fitnessraum gleichzeitig aufhalten!
- Die Zutrittsberechtigung erteilt die Rezeption durch Aushändigung eines Transponders, der nach Nutzung des Fitnessraumes bzw. der Duschen an der Rezeption wieder abgegeben werden muss.
- Jeder Nutzer des Fitnessraumes bzw. der Duschen hat (Ausnahme: asymptomatische Personen mit Impfnachweis oder Genesenennachweis) - bei der derzeit aktuellen 7- Tage- Inzidenz von 35 oder mehr an der Rezeption vor Aushändigung der Zutrittsberechtigung einen Testnachweis für das Nichtvorliegen einer Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 vorzulegen.
Das Testergebnis wird i.d.R. durch ein schriftliches oder elektronisches negatives Testergebnis
 - a) eines PCR-Tests, PoC-PCR-Tests oder eines Tests mittels weiterer Methoden der Nukleinsäureamplifikationstechnik, der vor höchstens 48 Stunden durchgeführt wurde, oder
 - b) eines POC-Antigentests, der vor höchstens 24 Stunden durchgeführt wurde oder
 - c) eines vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte zugelassenen, unter Aufsicht (z.B. auch der Lehrgangsführung) vorgenommenen Antigentests zur Eigenanwendung durch Laien (Selbsttest), der vor höchstens 24 Stunden durchgeführt wurdeerbracht, das den Bestimmungen der COVID-19-Schutzmaßnahmen- Ausnahmenverordnung entspricht.
- Der Dusch- und Umkleideraum darf jeweils gleichzeitig nur von **max. 2 Personen** genutzt werden, die einzeln abschließbaren Dusch- und Umkleidekabinen dürfen hierbei jedoch **jeweils nur von 1 Person** genutzt werden.
- Wir bitten Sie, im Fitnessraum mind. eine medizinische Gesichtsmaske (sog. „OP- Maske“) zu tragen, ausgenommen während der unmittelbaren Sport- bzw. Trainingsausübung. Im Dusch- und Umkleideraum bitten wir Sie ebenso mind. eine medizinische Gesichtsmaske zu tragen, mit Ausnahme der Zeitdauer des Aufenthaltes in den jeweils einzeln abschließbaren Dusch- und Umkleidekabinen.
- Bei der Nutzung von Haartrocknern in dem Dusch- und Umkleideraum ist bei gleichzeitigem Betrieb von 2 Haartrocknern ein Abstand zwischen den Geräten von mindestens 2 Metern einzuhalten.
- Die Husten- und Niesetikette ist einzuhalten (Husten oder Niesen in die Armbeuge)!
- Vermeiden Sie ein Berühren der eigenen Augen, der Nase und des Mundes mit den Händen!



- ➔ Wir bitten Sie, auf eine regelmäßige Händehygiene zu achten (die Hände sind regelmäßig gründlich für 20 – 30 Sekunden mit Seife zu waschen)!
- ➔ Bitte reinigen Sie die Handkontaktflächen an den von ihnen benutzten Fitnessgeräten vor und nach jeder Nutzung mit der bereitstehenden Sprühdesinfektion!
- ➔ Bitte füllen Sie das **Formblatt zur Erfassung ihres Namens und der sicheren Erreichbarkeit** aus und geben dieses an der Rezeption ab!
- ➔ Bitte verschließen den Fitnessraum nach der Nutzung (sofern keine weitere Person im Raum ist).

Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Mit freundlichen Grüßen

Christian Zimmermann
Regierungsdirektor