SCO Newsletter

Online Version

SC Obermichelbach

Die Skigymnastik startet am 07. Oktober

Liebe Freunde des Wintersports

Mit den aktuellen CORONA Beschränkungen ist es noch unklar inwieweit wir in dem kommenden Winter unserem geliebten Wintersportaktivitäten betreiben können.....

Auf jeden Fall freuen wir uns, aber trotz aller Vorgaben, wieder rechtzeitig mit der Skigymnastik beginnen zu können. Wie auch in der vergangenen Saison wird uns Ruth Schinker wieder ordentlich einheizen und uns für den Wintersport fit machen.

Die Skigymnastik findet für alle SCO Mitglieder in der Bürgerhalle ab dem 07.Oktober immer am Mittwoch von 20,05 Uhr bis 21,05 Uhr statt. Die "ungerade" Startzeit ergibt sich aufgrund der Lüftungspause zur Stunde vor uns.

Damit wir die Skigymnastik abhalten können, müssen wir das zur Zeit gültige Hygienekonzept einhalten. Hier die wichtigsten Regeln, die bitte alle respektieren sollten.

- Eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung ist bei Ankunft und beim Verlassen sowie auf den Gängen der Bürgerhalle zu tragen.
- Bitte darauf achten, dass ein angemessener Sicherheitsabstand von 1,5 m eingehalten wird (auch beim Betreten und Verlassen des Gebäudes)
- Die Bürgerhalle ist verschlossen und Ruth holt uns pünktlich an der Eingangstüre ab. Danach ist der Tür wieder zu, bitte entsprechend pünktlich sein.
- Keine Gruppenbildung (vor, während oder nach der Skigymnastik)
- Vermeidung von Händeschütteln und Umarmungen
- Husten oder Niesen in die Armbeuge (oder in ein Taschentuch, das anschließend entsorgt wird)
- Keine Ausgabe oder Austausch von Arbeits- und Sportmaterialien (Berühren derselben Gegenstände möglichst vermeiden): Bitte jeder seine eigene Gymnastikmatte, 2 Flaschen Wasser (als Hantelersatz) und wenn vorhanden ein eigenes Teraband mitbringen.
- Wir führen ein Anwesenheitsliste, um eine Kontaktpersonenermittlung im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19 Falles unter den Teilnehmenden zu ermöglichen.
- Auf Anforderung müssen diese Kontaktdaten den zuständigen Gesundheitsbehörden übermittelt werden. Der Datenschutz ist entsprechend gewährleistet.
- Die sanitären Anlagen dürfen nur einzeln aufgesucht werden.

Wir freuen uns trotz dieser Regeln, die Skigymnastik durchführen zu können und freuen uns

auf eine zahlreiche Teilnahme.

Euer Hans & Hans