

## **“Sportbund Qualifizierung“ startet mit geänderten Regeln - aber genauso sportiv!**

Wir starten nach den Sommerferien mit neuer Energie durch und freuen uns auf gute Aus- und Fortbildungen mit Ihnen. Für alle Maßnahmen können Sie sich bereits heute anmelden. Im Rahmen der “neuen Normalität“ haben wir unser Angebot angepasst!

### **Dazu haben wir uns gut vorbereitet - :**

- Wir halten uns streng an die - zum entsprechenden Zeitpunkt aktuellen - behördlichen Auflagen!
- Unsere Referenten sind bestens in unser Hygienekonzept eingearbeitet!
  - Sie sollten sich **vor der Anmeldung** selbst einschätzen (s. nachfolgende Seite).
  - Unsere Gruppengrößen sind der jeweiligen Raumgröße angepasst.
  - Sie werden zum 1. Termin am Gebäudeeingang mit Mund-Nase-Bedeckung abgeholt (während des Lehrgangs besteht keine Mundschutzpflicht).
  - Sie bringen eine eigene Sportmatte bzw. ein großes Bade-/ Saunahandtuch mit.
  - Unsere Sporthallen werden ausreichend gelüftet und regelmäßig gereinigt bzw. auch desinfiziert.
  - Umkleiden können genutzt werden, wir empfehlen aber, bereits “im Sportzeug“ zu erscheinen und den Duschbereich vorerst nicht zu nutzen.
  - Für die eigene Verpflegung sind Sie selber verantwortlich.

### **Das hat sich NICHT geändert:**

- Die Qualität & Motivation unserer Referenten!
- Aktivität macht - auch mit Abstandsregel - in der Gruppe am meisten Spaß!
- **Das gesamte Sportbund Team freut sich auf Sie!**

**Anmeldung und weitere Infos unter:**

**[www.sportbund-qualifizierung.de](http://www.sportbund-qualifizierung.de)**

**Tel. 0521 52515-10**

## Selbsteinschätzung zur Teilnahme an unseren Lehrgängen

### Ihre Gesundheit hat für uns oberste Priorität!

Die Wiederaufnahme unseres Qualifizierungsangebots geht aus diesem Grund mit umfangreichen Abstands- und Hygienemaßgaben einher.

**Wir bitten daher alle Teilnehmer\*innen vor der Anmeldung zu unseren Lehrgängen ein individuelles "Kurzscreening" vorzunehmen.**

Hierzu stehen Ihnen die nachfolgenden Fragen zur Einschätzung Ihres individuellen Gefährdungspotentials und Kontakttrisikos zur Verfügung. Die Fragen sind aus den Ausführungen des *Robert Koch Instituts (RKI)* sowie der *Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)* zum Coronavirus abgeleitet worden. Sofern Sie für sich persönlich ein Risiko identifizieren, bitten wir von einer Teilnahme an unseren Kursen abzusehen. Alternativ bieten wir Ihnen weiterhin ein vielfältiges Online-Kursangebot auf *sportdeutschland.tv*. an.  
Vielen Dank für Ihr Verständnis!

### Sie gehören zu einer akuten Risikogruppe?

- Sie sind älter als 50 Jahre?
- Sie sind (starke) Raucher\*in?
- Sie weisen starkes Übergewicht auf?

### Sie weisen ein besonderes Kontaktisiko auf?

- Sie hatten Kontakt zu einem bestätigten COVID-19- Fall innerhalb der letzten 14 Tage?
- Bei Ihnen bestand in den letzten 4 Wochen die ärztliche/ behördliche Anordnung einer Quarantäne?

### Bei Ihnen liegen chronische Krankheiten bzw. Vorerkrankungen vor?

- Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems (z. B. koronare Herzerkrankung und Bluthochdruck)
- Chronische Lungenerkrankungen (z.B. COPD)
- Chronische Lebererkrankungen
- Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- Krebserkrankungen
- Schwächung des Immunsystems (z.B. aufgrund einer Erkrankung oder durch Einnahme von Medikamenten)

### Sie klagen in den letzten 14 Tagen über:

- Fieber
- Krankheitsgefühl, Glieder- und/ oder Kopfschmerzen
- Husten
- Atemnot
- Geschmacks- und/ oder Riecheinschränkungen
- Halsschmerzen
- Schnupfen
- Durchfall