

Information für Kursteilnehmer: Abstands- und Hygienemaßnahmen
(gem. Corona-Verordnung) im „mach was...“ ab dem 25. Mai 2020



1. Zutritt zu unseren Räumen nur nach vorheriger Anmeldung!

Danke für Euer Verständnis, wir müssen immer den Überblick behalten, wie viele Personen sich in unseren Räumen aufhalten, **nur angemeldete Teilnehmer dürfen die Unterrichtsräume betreten, die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**

- Kursanmeldung über www.machwas-in-luedenscheid.de oder Email
- Anmeldung zu auch zu **Schnupperstunden/Nachholstunden** über 0175-5913899 oder c.schulte@machwas-in-luedenscheid.de **spätestens 1 Tag vor dem Unterricht!**
- Unsere Dozenten müssen für jede Kursstunde eine **Liste** mit den anwesenden Teilnehmer*innen führen. Auch **Name + Telefonnummer von Gästen** muss notiert werden.

2. Ein- und Ausgangsregeln, um unnötige Begegnungen auf der Treppe zu vermeiden.

Wir haben unsere beiden Unterrichtsräume voneinander getrennt.

Die Zwischentür bleibt geschlossen, Toiletten befinden sich jeweils in beiden Bereichen.

Eingang für Raum 1 (großer Saal) durch die rechte Glastür, **Ausgang** hinten durch den Notausgang
Eingang + Ausgang für Raum 2 (kleiner Saal) durch die linke Glastür.

Auf der Treppe gilt: Wer nach unten will, hat „Vorfahrt“, um Staus oben auf dem Balkon zu vermeiden. Unten auf dem Hof ist Ausweichen einfacher...

Wir haben jeweils **Pausen zwischen den einzelnen Kursen** eingeplant, damit zunächst ein Kurs den Raum verlassen kann, bevor der nächste Kurs eintritt... d.h. der Unterricht beginnt und endet pünktlich! Bitte maximal 10 Minuten vor Kursbeginn eintreffen.

Abholende Eltern bitte unten auf dem Parkplatz warten. Siehe auch Pkt.7. Danke!

3. Bitte haltet Abstand unten auf dem Hof, auf der Treppe und in den Räumen.

Wir haben die **Stühle** so platziert und die Bänke markiert, dass Ihr leicht den Abstand wahren könnt. Im Bewegungs-Unterricht helfen Euch **Markierungen auf dem Boden und an den Wänden...**

Beim Ein- und Ausgang in unsere Räume bitte einen **Mundschutz** tragen, während der Unterrichtsstunden ist Abstand (mind. 1,5m) wichtiger...

Der Dozent bereitet die **Abstandsmaßnahmen für die jeweiligen Unterrichtsthemen** vor und gibt Euch weitere Informationen. Bitte haltet Euch an diese Vorgaben. Danke!

Information für Kursteilnehmer: Abstands- und Hygienemaßnahmen (gem. Corona-Verordnung) im „mach was...“ ab dem 25. Mai 2020

4. Der Umkleideraum und die Dusche müssen geschlossen bleiben.

Bitte kommt umgezogen zum Unterricht, so dass Ihr nur noch die Schuhe wechseln und die Jacke ablegen müsst. Dafür könnt Ihr die Stühle und Bänke in den Unterrichtsräumen benutzen.

5. Bitte zum Unterricht mitbringen:

- **Ein großes Handtuch** als Unterlage für die Arbeit am Boden, + **ggf. ein kleines Handtuch** zum Händewaschen, das reduziert den Papiermüll... (wir dürfen keine Handtücher verleihen)
- **Getränk** in unzerbrechlichen Flaschen, unsere Theke muss geschlossen bleiben, auch Gläser dürfen wir nicht ausgeben.
- **Für die Feldenkrais-Kurse:** eigene Decke/Matte/großes Handtuch, die auf unsere grüne Matte gelegt wird + Handtuch für die Kopfkissen. (+ ggf. Handtuch zum Händewaschen)

6. Abstand, Hygiene und Desinfektion

- Beim Zugang und Verlassen unserer Räume bitte einen **Mundschutz** tragen, während der Unterrichtsstunden ist ein Mundschutz nicht notwendig, wir halten ja 1,5m Abstand ...
- Bitte den Abstand halten, auch bei einer freundlichen Begrüßung!
- Bitte versucht, die Berührung von Flächen und Türgriffen weitmöglichst zu vermeiden.
Wir desinfizieren alles regelmäßig, Mittel steht dafür in jedem Raum bereit.
- Nicht ins Gesicht fassen, in die Ellenbeuge husten/niesen (das kennt Ihr ja inzwischen alle!)
- Bei Erkältungssymptomen bitte zuhause bleiben!
- Auf den Toiletten sind **Seife und Papierhandtücher** verfügbar, wenn Ihr uns helfen wollt, den Papiermüll zu reduzieren, könnt Ihr Euer eigenes Handtuch mitbringen. Danke!
- **Flächendesinfektionsmittel** sind in den Toiletten und Unterrichtsräumen vorhanden.
- Nach dem Eintritt in den Unterrichtsraum steht **Hand-Desinfektionsmittel** bereit.

7. Eltern, die Kinder bringen und abholen

Bitte möglichst unten auf dem Hof im Auto warten, wir werden den Unterricht pünktlich beginnen und beenden.

Eltern kleiner Kinder dürfen ggf. auch oben vor dem Unterrichtsraum warten, bitte auch dabei Abstand halten!

Eltern, die unsere Räume betreten, bitte auch beim Dozenten melden (am besten einen Zettel abgeben), wir müssen auch die **wartenden Personen mit Namen und Telefonnummer notieren** (um ggf. Infektionsketten zurück verfolgen zu können).

*Puh, das ist eine lange Liste...
Wir wissen, dass es Vieles zu beachten gibt und
hoffen, dass wir das alle gemeinsam gut und
möglichst entspannt regeln können!
Danke für Euer Verständnis und Eure Unterstützung!
Wir freuen uns, dass wir ab dem 25. Mai
wieder starten dürfen!
Christel & das „mach was...“-Team*

