



## **Regeln zur Benutzung der Ergometer**

Die Nutzung der Ergometer erfolgt in Eigenregie, das Mitglied ist für die korrekte Nutzung und die Einhaltung der Hygieneregeln verantwortlich.

- Nutzung und Aufenthalt im Raum ist nur Einzelpersonen bzw. Haushaltsgemeinschaften gestattet.  
(Eine Ausnahme bildet die temporäre Anwesenheit von Trainer/in. Wobei sich zu keiner Zeit mehr als zwei Personen aus zwei verschiedenen Haushalten aufhalten dürfen und ein Fenster mindestens zu kippen ist)
- Eine vorherige Buchung über die Reservierungsliste ist erforderlich. Die Buchung erfolgt analog der bestehenden Regelungen.
- Nach dem Training werden die Handgriffe mit Seifenlauge –Bitte an den jeweils ersten Ergonutzenden des Tages, diese eigenständig frisch anzumischen- gründlich gereinigt.  
Display nur nebelfeucht abwischen, keine Desinfektionsmittel verwenden, da diese dem Material schaden
- Auch das Ergometer wird von Verschmutzungen und Schweiß gereinigt.
- Nach dem Training wird der Raum über weit geöffnete Fenster (nicht nur gekippte) 10 Minuten gelüftet. Anschließend werden die Fenster geschlossen.
- Ergometertraining ist also maximal 50 min möglich. Dies ermöglicht auch vielen Vereinsmitgliedern die Nutzung.
- Eine andere Anordnung der Ergometer ist nicht gestattet.
- Außer bei der Sportausübung ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen
- Mit gut lesbaren Namen sowie Anfangs-/Endzeit in der Anwesenheitsliste versichert der/die Nutzende, dass er/sie den Raum pünktlich und bei geschlossenen Fenstern verlassen hat.
- Es sind ausschließlich die Toiletten im 1. OG zu nutzen