

## Hygieneregeln und Schutzmaßnahmen für die Nutzung der Sportlersauna und des Ruhebereichs

In Anlehnung an die Corona-Verordnung Sauna vom 5. Juni 2020 dürfen wir im SportQuadrat die Sportlersauna öffnen und es kann wieder geschwitzt und entspannt werden. Die Wiedereröffnung des Saunabereichs erfolgt etwas eingeschränkt und ist mit gewissen Regeln verbunden, die unbedingt eingehalten werden müssen.

- Es gelten die allgemeinen Hygieneregeln und Schutzmaßnahmen für des SportQuadrat.
- Vor Eintritt des Saunabereichs sind die Hände mit Seife zu waschen.
- In der Sauna sowie im Ruhe- und Außenbereich muss zwischen sämtlichen Personen der bekannte Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden.
- Aufgüsse und das Wedeln der Luft sind untersagt.
- Die Sitz- und Liegefläche muss vollständig durch Handtücher abgedeckt werden, so dass kein Hautkontakt zu den Sitz- oder Liegeflächen entsteht.
- Für ausreichend Belüftung wird gesorgt, indem regelmäßig stoßgelüftet wird. Die Türe zum Außenbereich kann geöffnet bleiben.
- Es werden Desinfektionsmittel und Tücher zum Abwischen der benutzten Flächen und Gegenstände bereitgestellt.
- Es finden regelmäßig Kontrollgänge statt.

### Saunazeit „Sommer“

- Wir schalten die Sauna erst auf Anfrage an. Die Aufheizzeit beträgt ca. 35 bis 45 Minuten.
- Die Sauna wird montags bis donnerstags um 22.00 Uhr, am Freitag um 21.30 Uhr, am Samstag um 18.30 Uhr und am Sonntag um 17.30 Uhr ausgeschaltet.

### Personenanzahl und Nutzung der Bereiche

- Es können sich **maximal 6 Personen** im gesamten Sauna- und Ruhebereich aufhalten.
- Sauna = max. 3 Personen
- Ruhebereich = max. 4 Personen
- Außenbereich = max. 3 Personen
- Saunadusche = max. 1 Person

### Anmeldung für die Saunanutzung

- Beim Service am Empfang sind **6 Saunakarten** hinterlegt.
- Direkt vor Nutzung der Sauna muss eine Saunakarte abgeholt werden. Die Saunanutzung ist nur mit dieser Karte möglich.
- Der Name, die Kartenummer und die Zeit werden dokumentiert.
- Die Saunazeit sollte sich auf maximal 2 Durchgänge beschränken, so dass viele Mitglieder eine entspannende Auszeit genießen können.