

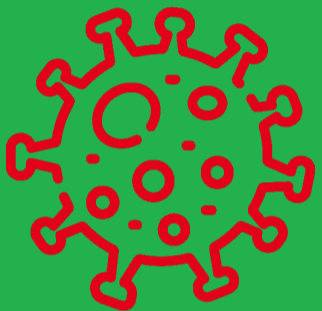
# SCHUTZ- & HYGIENEREGELN FÜR SPIELER\*INNEN



Auf der Basis der Anpassung der 10. Corona-Bekämpfungsverordnung des Landes Rheinland-Pfalz vom 15. 07. 2020

**Es ist jederzeit mindestens 1,5 Meter Abstand zu halten!**

Einzige Ausnahme: während des Spiels



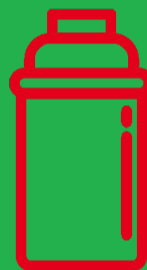
Bei einem positiven Test mindestens 14 Tage zu Hause bleiben.



Bei Erkältungssymptomen, Husten, Fieber (ab 38° Celsius) oder Atemnot zu Hause bleiben. Auch, wenn sich diese Symptome bei Personen im selben Haushalt zeigen.



Wenn möglich allein und schon umgezogen zum Sportgelände anreisen. Bei Fahrgemeinschaften einen Mund-Nasenschutz tragen.



Eine eigene Trinkflasche zu Hause befüllen und mitnehmen.



Wenn möglich im Freien bleiben (z.B. bei Teambesprechungen & in der Halbzeit) und zu Hause duschen.



Kabine, Dusche oder andere geschlossene Räume nur mit Mindestabstand betreten. Mund-Nasenschutz wird empfohlen. Gegebenenfalls die Räume nacheinander gestaffelt benutzen.



Mindestens 30 Sekunden Händewaschen mit Seife – vor und nach dem Spiel.



Keine körperlichen Begrüßungsrituale (z.B. Abklatschen) durchführen.



Verzicht auf jeden nicht notwendigen Kontakt (z.B. beim Jubeln).



Vermeiden von Spucken oder Naseputzen auf dem Spielfeld.