

Aktiv Gesundheitssport Brandenburg e.V.
Junkerstr. 10
16816 Neuruppin



Aktiv GB e. V., Junkerstr. 10, 16816 Neuruppin

Vereinsmitglieder-Info II – Ihr Rehasport geht jetzt auch noch Outdoor weiter!

Sehr geehrte Frau M. Mustermann,

wir möchten unseren zweiten Newsletter dazu nutzen, Sie über die von der Landesregierung Brandenburg beschlossenen "Lockerungen für den Sport" zu informieren. Das Kabinett der Landesregierung hat beschlossen, dass der kontaktlose Breiten- und Freizeitsport im Freien ab dem 15. Mai wieder möglich ist. Damit können wir als Verein unser bereits vorbereitetes „Kursprogramm im Freien“ ab dem 18. Mai endlich starten! Unser Verein wird bis dahin die Zeit nutzen, durch geeignete technische oder organisatorische Vorkehrungen das Infektionsrisiko für unsere aktiven Mitglieder zu reduzieren. Wir müssen den Zugang zur „Sportanlage“ daher so gestalten, dass alle anwesenden Personen stets einen Abstand von mindestens 1,5 Metern zueinander einhalten und keine größeren Ansammlungen von Personen entstehen. Außerdem bieten wir an, dass Sie sich am Trainingsort die Hände desinfizieren können.

Wir möchten uns an dieser Stelle noch einmal für Ihre Unterstützung bedanken. Uns erreichen viele nette, verständnis- und hoffnungsvolle Briefe und E-Mails. Wenn wir weiterhin so umsichtig miteinander umgehen und die bestehenden Regeln einhalten, sind wir uns sicher, bald wieder wie gewohnt Sport treiben zu können! Neben dem „Tele-Rehasport“ können wir nun auch Mitgliedern, ohne PC und E-Mail, eine Möglichkeit bieten, von den Lockerungen zu profitieren und Ihren Sport wieder aufzunehmen:

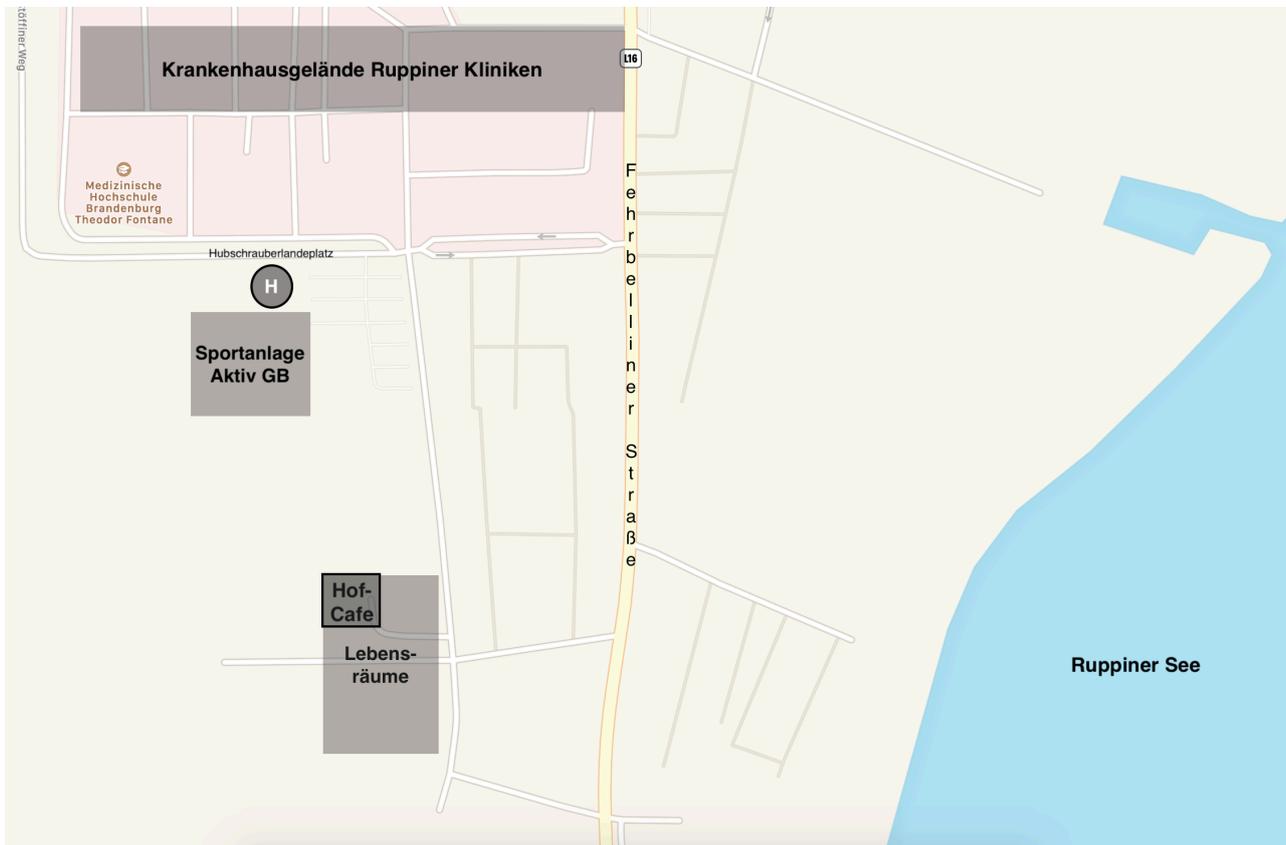
Die nächsten Schritte: Rufen Sie uns bitte unter folgender Mobilnummer: **0151 23011629** an, um uns darüber zu informieren, dass Sie gern am „Sport im Freien“ teilnehmen möchten. Oder schreiben Sie uns einfach, wenn möglich, eine E-Mail an: **info@aktiv-gb.de**. Wir informieren Sie dann darüber, zu welchen Zeiten die Übungsleiter für Sie bereitstehen und stellen den Kontakt zu den entsprechenden Übungsleitern her. Wenn Sie uns nicht direkt erreichen, erhalten Sie einen Rückruf oder eine E-Mail von uns.

Wo, wie und was Sie erwartet: Unser „Rehasport im Freien“ startet, wenn nichts anderes mit dem Übungsleiter / der Übungsleiterin vereinbart ist, auf dem Parkplatz der Lebensräume in der Fehrbelliner Str. 45A, 16816 Nrp, oder auf dem Parkplatz am Hubschrauberlandeplatz der Ruppiner Kliniken (Eingangstor Bogenschießplatz). Trainingsgeräte oder Hilfsmittel werden bei Bedarf von den Übungsleitern zur Verfügung gestellt. Wir bieten Ihnen ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm, bestehend aus: **Gymnastik, Koordinationsübungen, Nordic Walking, kleine Spiele und Bogenschießen** (natürlich nach wie vor, nur nach Ihren körperlichen Möglichkeiten). Alle Trainingsprogramme wurden von unseren Trainern und Übungsleitern für diesen Zweck entwickelt.

Sie benötigen für den „Rehasport im Freien“: Wetterfeste Kleidung und Schuhe sowie Ihren Mundschutz.

Wir freuen uns sehr über die erweiterten Möglichkeiten, die wir Ihnen nun anbieten können. Denn sicher ist: Nur gemeinsam können wir diese Krise gesund und aktiv durchstehen! Wir geben weiterhin alles für Ihre Gesundheit und sind stolz darauf, dass wir Sie in diesen schweren Zeiten unterstützen dürfen.

Ihr Team vom Aktiv GB e.V.



Erklärung der Kenntnisnahme durch das Mitglied:

Anmerkungen und Empfehlungen zur Wiederaufnahme des Rehasports nach den Lockerungen der Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen:

- Teilnehmerinnen und Teilnehmer müssen das individuelle Risiko sowie den Gesundheitszustand vor jeder Übungsstunde einschätzen. Verzicht auf Teilnahme bei erhöhtem Risiko, zwingender Verzicht bei akuten Symptomen (Fieber, Husten und Atemnot können Anzeichen für eine Infektion mit dem Coronavirus sein)
- Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen eigene Materialien (z.B. Handtuch) mitbringen, kein Austausch von Materialien untereinander
- Teilnehmerinnen und Teilnehmer dürfen die Trainingsstätte erst nach Händedesinfektion und nur in Anwesenheit des Übungsleiters oder der Übungsleiterin betreten
- Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen insbesondere auf dem Weg zur Trainingsstätte und auf Anweisung des Übungsleiters oder der Übungsleiterin am Trainingsort einen Mund- Nasen-Schutz nutzen, dies gilt insbesondere bei unvermeidbarem Kontakt zu anderen Personen bzw. nicht einhaltbaren Schutzabständen (mindestens 1,5 Meter)

Hiermit erkläre ich die obenstehenden Empfehlungen zur Wiederaufnahme des Rehasports gelesen zu haben und sie entsprechend umzusetzen. (Bitte geben Sie diese Erklärung unterschrieben am ersten Trainingstermin dem Übungsleiter / der Übungsleiterin!)

Ort und Datum

Name des Mitglieds

Unterschrift