

**Vereinslogo einfügen**

**Checkliste für Teilnehmer: Outdoortraining in 2021  
*Verein, Kurs, Datum, Uhrzeit, Ort, Ansprechpartner und Kontaktdaten einfügen***

**CORONA-VORSCHRIFTEN**

Trage einen Mund-Nasen-Schutz. Zum Training kann dieser abgenommen werden.

Halte zum Schutz aller die AHA-Regeln ein.

Im Falle einer Testpflicht: Bringe einen Nachweis über einen tagesaktuellen negativen  
 Test/Impfnachweis/genesen mit zum Training.

Gib deine Kontaktdaten vor Ort oder mit Voranmeldung (ggf. Luca-App) an.

**MATERIAL**

Bringe nach Absprache ggf. Matte oder Materialien zum Training mit.

Bringe ausreichend zu Trinken mit.

Bringe Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnencreme, Sonnenbrille) mit.

Bringe ggf. einen Insektenschutz mit.

Besonderer Hinweis an Allergiker: ggf. an Medikamente denken!

**SONSTIGES**

Trage wettertaugliche Sportkleidung (Achtung: Wetterumschwung!).

Komme pünktlich 5 bis 10 min vor Kursbeginn zum Trainingsort (keine  
 Grüppchenbildung oder Kursüberschneidung).

Nutze, wenn möglich, umweltfreundliche Fortbewegungsmittel zur Anreise (z.B. Fahrrad,  
 pandemiebedingte Entscheidung zu Fahrgemeinschaften).

Verlasse den Ort sauber.

Schön, dass du dabei bist! Viel Spaß beim Training!

Dein XY