

### **Regeln für Wanderungen**

**Für zukünftige Wanderungen sind zur Zeit folgende Regeln und Hygieneregeln zu beachten:**

**Wandern in der Gruppe mit begrenzter Teilnehmerzahl mit Anmeldung.**

**Zum Nachverfolgen von Infektionsketten sind Namen und Kontaktdaten der Teilnehmer sorgsam aufzunehmen.**

**Vermeiden Sie gewohnte Begrüßungsrituale, wie Händeschütteln und Umarmungen etc.**

**Am Treffpunkt mit einem Mund-Nasen-Schutz zu erscheinen und im Falle von Fahrgemeinschaften diesen auch im Auto tragen.**

**Abstand halten, mindesten 1,5 m zwischen zwei Personen. Auf entgegenkommende Personen achten. Auf Abstand in Schutzhütten achten.**

**Niesen oder husten Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, entsorgen Sie das Taschentuch anschließend / später in einem Mülleimer mit Deckel.**

**Halten Sie die Hände vom Gesicht fern. Vermeiden Sie es, Mund, Augen oder Nase zu berühren.**

**Waschen Sie vor und nach der Wanderung Ihre Hände ausgiebig mit Wasser und Seife, bzw. mit Mittel zur Desinfektion.**

**Möglichst Rucksackverpflegung im Freien, statt Einkehr in einer Gaststätte.**

**Achten Sie darauf, dass die Mitwanderer keine Trinkflaschen, Obst, Müsli-Riegel o. ä. teilen.**

**Denken Sie an die Mitnahme einer Tüte für Ihre Abfälle. Verpackungen, Taschentücher oder genutzte (Einweg-) Schutzmasken finden darin garantiert einen sicheren Platz im Rucksack.**

**Sammeln Sie keinen Müll von anderen Wanderern.**