

<b>Kurz &amp; knapp</b>	خلاصه
<b>Was gilt ab 2. November?</b>	از دوم نوامبر چه قوانین و مقرراتی برقرار است؟
30. Oktober 2020	مورخ سی اکتبر ۲۰۲۰
<p>Das Infektionsgeschehen hat sich in ganz Deutschland so verstärkt, dass alle Bundesländer strenge Regeln einführen, um die Ausbreitung von Corona zu bremsen. Alle müssen jetzt dazu beitragen, dass das Risiko einer Ansteckung nicht weiter steigt – sondern sinkt. Dieser Artikel gibt einen einfachen Überblick über das, was <b>ab Montag, 2. November 2020</b>, in Hamburg rechtlich gilt. Wir empfehlen, sich ab sofort daran zu halten. Sie finden auch zahlreiche Links zu weiterführenden Informationen, wenn Sie Details wissen möchten</p>	<p>سیر صعودی ابتلا به ویروس کوید نوزده در آلمان روند نگران کننده‌ای پیدا کرده است. به همین دلیل همه ایالات فدرال قوانین و تمهیدات سخت‌گیرانه‌تری را برای کنترل این سیر اتخاذ کرده‌اند. انتظار می‌رود که همه افراد با همکاری خود به کنترل این روند افزایشی کمک نمایند. در این متن، خلاصه‌ای از همه قوانین و تمهیداتی که از تاریخ <u>دوم نوامبر ۲۰۲۰</u> در هامبورگ صادق می‌باشند را می‌خوانید. لطفاً از همین الان این مقررات را رعایت کنید. همچنین برای اطلاعات بیشتر لینک‌های متعددی در هر بخش عنوان شده است. در صورت تمایل به دانستن جزئیات بیشتر، به این لینک‌ها مراجعه نمایید.</p>
<b>Grundregeln</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vermeiden Sie alle persönlichen Treffen, die nicht nötig sind.</li> <li>• Sollten Sie sich doch mit anderen treffen, ist dies nur mit maximal zehn Personen möglich. Diese zehn Personen dürfen nur aus höchstens zwei Haushalten stammen. Zu allen anderen Menschen müssen Sie mindestens 1,5 Meter Abstand halten.</li> <li>• Diese Regel gilt überall - zuhause, an öffentlichen Orten und im Freien.</li> <li>• Es gibt Ausnahmen von der Abstandsregel: bei Kindern unter zwölf Jahren, bei allen Personen, mit denen Sie im selben Haushalt</li> </ul>	<b>قوانین اصلی</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لطفاً از تمام ملاقات‌های شخصی غیر ضروری صرف نظر نمایید.</li> <li>- در صورت ملاقات با دیگران، تعداد افراد نباید بیش از ده نفر باشد.</li> <li>ده نفر مذکور فقط می‌توانند از دو خانوار باشند. در ملاقات با سایر افراد رعایت حداقل فاصله یک متر و نیم الزامی است.</li> <li>- این قانون در همه جا صادق است - در منزل، در اماکن عمومی (مثلاً در رستوران‌ها و سینما) یا در فضای آزاد.</li> <li>- استثناهایی نیز برای رعایت حداقل فاصله وجود دارد: کودکان زیر دوازده سال، تمام کسانی که با شما در منزل زندگی می‌کنند و اعضای خانواده درجه یک و خانواده همسر. اما به خاطر داشته باشید که در دور هم بودن با این افراد نیز، حداکثر مجاز تعداد ده نفر می‌باشد.</li> <li>- در زمین‌های بازی کودکان رعایت فاصله را پیشنهاد می‌کنیم. کودکان زیر چهارده سال و فرد بزرگسالی که</li> </ul>

<p>leben und bei direkten Familienmitglieder (auch verschwägerten) müssen sie keinen Abstand halten. Es dürfen aber auch hier nur maximal zehn Personen zusammenkommen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf Spielplätzen wird das Abstandsgebot ausdrücklich empfohlen. Kinder unter 14 Jahren und deren zur Aufsicht berechtigten Personen (und natürlich die Eltern) dürfen aber davon abweichen. Erwachsene müssen aber zu den Erwachsenen anderer Familien Abstand halten.</li> <li>• Tragen Sie ihre Maske immer über Mund und Nase und überall dort, wo es vorgeschrieben ist oder eng wird.</li> <li>• Halten Sie sich an die Regeln der Hygienekonzepte, wenn Sie zum Beispiel einkaufen gehen.</li> </ul>	<p>مراقب کودک است، می توانند فاصله را رعایت نکنند. اما بزرگسالان بایستی از هم و سایر خانواده‌های حاضر در زمین بازی حداقل فاصله را داشته باشند.</p> <p>- ماسک خود را در همه محل‌هایی که شلوغ است و یا الزام قانونی اعمال شده، به درستی بپوشید.</p> <p>- در صورت بیرون رفتن، مثلا انجام خرید، لطفا به مقررات بهداشتی آنجا توجه داشته باشید.</p>
<p><b>Maskenpflicht</b></p>	<p><u>الزام پوشیدن ماسک</u></p>
<p>Eine allgemeine Maskenpflicht gibt es</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in allen öffentlichen Bereichen, in denen kein ausreichender Abstand eingehalten werden kann (Einzelhandel, Wochenmärkte, auf <a href="#">einzelnen Straßen und Plätze</a>. Eine Übersicht finden Sie auf der Seite "<a href="#">Maskenpflicht auf öffentlichen Plätzen</a>"),</li> <li>• in allen Bussen, in den Zügen des Nah- und Fernverkehrs, in Taxen, MOIA etc.,</li> <li>• in Krankenhäusern, Pflegeheimen und auch bei Gesundheitsbehandlungen (zum Beispiel beim Hausarzt), bei</li> </ul>	<p>الزام پوشیدن ماسک در مکان‌های زیر:</p> <p>- در تمامی مکان‌های عمومی، که در آنها رعایت فاصله کافی با سایرین مقدور نمی‌باشد (مغازه‌ها، بازارهای هفتگی، در برخی خیابان‌ها و میدان‌ها. لیست مربوطه را در وبسایت ما در بخش «<a href="#">الزام پوشیدن ماسک در مکان‌های عمومی</a>» می‌یابید).</p> <p>- در وسایل نقلیه عمومی در اتوبوس‌ها، قطارهای مسیرهای دور و یا نزدیک آلمان، تاکسی‌ها، مویا و غیره).</p> <p>- در بیمارستان‌ها، مطب‌ها و مراکز نگهداری از افراد بیمار و سالمندان که رعایت حداقل فاصله در آنها مقدور نیست. بدیهی است که در صورت لزوم، مثلا برای معاینه، برداشتن ماسک مجاز می‌باشد.</p>

<p>denen der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann. Selbstverständlich kann die Maske abgenommen werden, wenn es für die Behandlung erforderlich ist.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in allen öffentlichen Gebäuden mit Publikumsverkehr (bis zum Sitzplatz),</li> <li>• bei allen beruflich bedingten Veranstaltungen an öffentlichen Orten (Workshops), die drinnen stattfinden, bis zu ihrem Sitzplatz bzw. sobald Sie Ihren Sitzplatz verlassen.</li> </ul>	<p>- در تمامی ساختمان‌های عمومی که تردد افراد (با جای نشستن) در آنها رایج است.</p> <p>- در تمامی برنامه‌ها و مراسم کاری که بایستی برگزار شوند (مثلاً کارگاه‌های آموزشی خاص) که در مکان‌های سرپسته برگزار می‌شوند، از زمانی که صندلی خود را ترک می‌کنید.</p>
<p><b>Maskenpflicht in der Schule</b></p>	<p><u>الزام پوشیدن ماسک در مدارس</u></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• In allen Schulgebäuden der weiterführenden Schulen und auf deren Gelände muss grundsätzlich eine Maske getragen werden.</li> <li>• An Berufsschulen und in weiterbildenden Schulen ab Klasse 5 gilt auch während des Unterrichts eine Maskenpflicht.</li> <li>• Ihre Schule weiß hier genau, welche Regeln gelten. Bitte fragen Sie dort nach.</li> <li>• In allen Klassen gilt die Grundregel: Alle 20 Minuten muss eine Stoßlüftung erfolgen.</li> </ul>	<p>- در تمام ساختمان و در حیاط مدارس تکمیلی (نوجوانان) و در حیاط آنها بایستی ماسک پوشیده شود.</p> <p>- در مدارس فنی و حرفه‌ای و در کلاس‌های بالای مدارس تکمیلی (از کلاس پنجم به بالا) طی ساعات کلاس نیز باید ماسک پوشید.</p> <p>- مدرسه شما از تمامی قوانین و مقررات مربوطه اطلاع دارد. لطفاً سوالات خود را با آنها مطرح کنید.</p> <p>- در تمامی کلاس‌ها این قانون صادق است: هر بیست دقیقه یکبار باید هوای کلاس کاملاً عوض شود.</p>
<p><b>Hinweise</b></p>	<p><u>نکات مهم</u></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesichtsvisiere werden nicht als ausreichende Mund-Nasen-Bedeckung anerkannt.</li> <li>• Bei Verstößen gegen die Maskenpflicht ist mit einem <a href="#">Bußgeld</a> zu rechnen.</li> <li>• Einzelheiten zur Maskenpflicht</li> </ul>	<p>- ماسک‌های پلکسی گلاس کافی محسوب نمی‌شوند.</p> <p>- در صورت تخلف از قانون الزام پوشیدن ماسک، <a href="#">جریمه نقدی</a> خواهید شد.</p> <p>- جزییات مربوط به الزام پوشیدن ماسک را در وبسایت ما</p>

<p>finden Sie auf unserer Seite zum Thema "<a href="#">Mund- und Nasenbedeckung</a>".</p>	<p>در بخش <a href="#">«ماسک»</a> می‌یابید.</p>
<p><b>Bildungsangebote</b></p>	<p><u>آموزش</u></p>
<p>Kitas und Schulen haben geöffnet. Hier gelten die Hygienekonzepte der jeweiligen Einrichtung.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Wintersemester 2020/2021 findet vorrangig in hybrider Form statt. Es gelten weiterhin die Hygienevorgaben der <a href="#">Hochschulen und der Universität</a>.</li> <li>• Der Betrieb staatlicher und privater (nicht: ehrenamtlicher) Bildungs- und Ausbildungseinrichtungen, Angebote beruflicher Aus- und Fortbildung sowie der Betrieb von Einrichtungen von Sprach-, Integrations-, Berufssprach- und Erstorientierungskursträgern sind unter Hygiene- und Schutzauflagen möglich (die <a href="#">Auflagen finden Sie in § 19 der Rechtsverordnung</a>)</li> <li>• Auch die Durchführung von Angeboten der Kinder- und Jugendarbeit durch Träger der Jugendhilfe ist weiterhin möglich, wenn die allgemeinen Hygienevorgaben eingehalten werden.</li> <li>• Fahrschulen haben geöffnet. Hier bleibt die Pflicht zu einem Hygiene- und Schutzkonzept bestehen.</li> </ul>	<p>- مهدکودک‌ها و مدارس باز هستند. در این مراکز رعایت تمهیدات بهداشتی آن محل الزامی است.</p> <p>- ترم زمستانی دانشگاه‌ها به صورت دوگانه (حضور و غیر حضور) برگزار می‌شود. بایستی مقررات بهداشتی <a href="#">دانشگاه‌ها</a> در این دوره رعایت شود.</p> <p>- فعالیت مراکز آموزشی، آموزشی فنی و حرفه‌ای و آموزشی ضمن خدمت چه دولتی و چه خصوصی (غیر خیریه) و همینطور کلاس‌های انتگراسیون و آموزش زبان و فرهنگ آلمانی، آشنایی اولیه با زندگی در آلمان و امثال آن با رعایت تمهیدات خاص بهداشتی (<a href="#">در بند ۱۹ مقررات</a>) مجاز است.</p> <p>- همچنین کلاس‌ها و دوره‌های مخصوص کودکان و نوجوانان توسط مراکز حمایتی مخصوص کودکان و نوجوانان تا اطلاع ثانوی با رعایت تمامی تمهیدات بهداشتی مجاز است.</p> <p>- مدارس آموزش رانندگی باز هستند. در این مکان‌ها نیز رعایت تمهیدات بهداشتی الزامی است.</p>
<p><b>Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen</b></p>	<p><u>بیمارستان‌ها و مراکز نگهداری از بیماران و سالمندان</u></p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie dürfen Ihre Angehörigen und Freunde besuchen, wenn dies unbedingt erforderlich ist.</li> <li>• Grundsätzlich gilt: wer Symptome einer akuten Atemwegserkrankung hat (oder für wen eine Quarantäne angeordnet wurde) darf diese Einrichtungen nicht betreten. Dies dient dem Schutz der dort lebenden oder untergebrachten Personen.</li> </ul>	<p>- فقط در صورت لزوم به ملاقات دوستان و خویشاوندان خود بروید.</p> <p>- به طور کل: هر کس که علائم بیماری غیر مزمن مجاری تنفسی دارد (یا برای او قرنطینه اعلام شده) اجازه ورود به این مراکز را ندارد. این ممنوعیت به منظور حفاظت از افراد بستری یا ساکن در این مراکز می‌باشد.</p>
<p><b>Gastronomie</b></p>	<p><u>رستوران‌ها، کافه‌ها و بارها</u></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• In Hamburg sind gastronomische Betriebe geschlossen.</li> <li>• Ausnahmen sind Kantinen ohne Publikumsverkehr sowie hauseigene Restaurants in Hotels und Pensionen, sofern diese ausschließlich von den Übernachtungsgästen genutzt werden.</li> <li>• Der Verkauf von Alkohol ist generell von 22 Uhr bis 10 Uhr untersagt.</li> <li>• Sie können die lokale Gastronomie weiter unterstützen, indem Sie deren Abhol- und Bringservice nutzen, sofern er angeboten wird.</li> </ul>	<p>- در هامبورگ رستوران‌ها، کافه‌ها و بارها تعطیل می‌باشند.</p> <p>- استثنا شامل غذاخوری‌ها بدون تردد عموم نظیر رستوران‌های خود هتل‌ها و مسافرخانه‌هاست. این مکان‌های فقط برای مهمان‌های این محل‌ها که شب را در آنجا سپری می‌کنند قابل استفاده است.</p> <p>- فروش الکل از ساعت ده شب تا ده صبح ممنوع است.</p> <p>- برای کمک و حمایت از رستوران‌ها و کافه‌های محلی، می‌توانید از آنها با سرویس پیک (سفارش برای مصرف در خانه) غذا و نوشیدنی خریداری کنید.</p>
<p><b>Einzelhandel</b></p>	<p><u>مغازه‌ها و فروشگاه‌ها</u></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geschäfte haben geöffnet. Es gilt aber die Regel: Es darf nur ein Kunde oder eine Kundin pro zehn</li> </ul>	<p>- مغازه‌ها و فروشگاه‌ها باز می‌باشند. اما: فقط به ازای هر ده متر مربع فضای فروشگاه، یک مشتری اجازه حضور در آنجا را دارد. با این کار از شلوغی و نزدیکی زیاد در این محل‌ها و در نتیجه احتمال ابتلا به ویروس اجتناب</p>

<p>Quadratmeter Verkaufsfläche im Geschäft sein. So soll dichtes Gedränge und damit ein erhöhtes Ansteckungsrisiko vermieden werden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lebensmittelproben oder unverpackte Kosmetik-Proben dürfen nicht verteilt werden.</li> </ul>	<p>می‌شود.</p> <p>- نمونه‌های محصولات خوراکی و یا اشانتیون باز شده لوازم آرایشی نباید ارائه شود.</p>
<p><b>Kultur</b></p>	<p><u>فعالیت‌های فرهنگی</u></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Um generell Kontakte zu minimieren müssen Theater (einschließlich Musiktheater), Kinos, Opern, Konzerthäuser, Museen und Ausstellungshäuser, Musikclubs, das Planetarium und das Literaturhaus schließen.</li> <li>• Die Bücherhallen, Gedenkstätten, Stadtteilkulturzentren, Bürgerhäuser und Archive bleiben geöffnet. Auch hier dürfen jedoch keine Veranstaltungen stattfinden. Für anwesende Personen gelten die allgemeinen Hygienevorgaben und eine Maskenpflicht.</li> <li>• Galerien bleiben für den Kunsthandel geöffnet. Veranstaltungen sind jedoch auch hier nicht zulässig.</li> </ul>	<p>- برای به حداقل رساندن تماس با افراد، تئاترها، سینماها، اپرا، کنسرت‌ها، موزه‌ها و نمایشگاه‌ها، کلوپ‌های موسیقی، رصدخانه و مراکز ادبی تعطیل می‌باشند.</p> <p>- سالن‌های کتاب، مراکز یادمان، مراکز فرهنگی منطقه‌ای، خانه‌های شهر و آرشیو باز می‌مانند. در این مکان‌ها نیز برگزاری مراسم مجاز نمی‌باشد. افراد حاضر در این مکان‌ها بایستی از مقررات عمومی بهداشتی تبعیت کرده و ماسک بپوشند.</p> <p>- گالری‌ها برای خرید و فروش اقلام هنری باز می‌باشند. در این مکان‌ها نیز برگزاری مراسم و برنامه‌ها مجاز نیست.</p>
<p><b>Freizeit</b></p>	<p><u>اوقات فراغت</u></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Veranstaltungen und Angebote, deren Zweck in der Unterhaltung des Publikums bestehen, sind untersagt. Deshalb sind zahlreiche Einrichtungen für den Publikumsverkehr geschlossen, wie zum Beispiel Tierparks und Freizeitparks.</li> </ul>	<p>مراسم و یا برنامه‌هایی که به منظور سرگرم کردن عموم برگزار می‌شوند، ممنوع می‌باشند. به همین دلیل، مکان‌ها و مراکز متعددی نظیر باغ وحش و یا شهر بازی‌ها برای عموم تعطیل می‌باشند.</p> <p>- سالن‌های ورزشی، یوگا و اماکن ورزشی دیگر، مثل</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness-, Sport- und Yogastudios sowie Sporthallen, Schwimmbäder, Saunen und Dampfbäder, Thermen und Wellnesszentren sind für den Publikumsverkehr geschlossen. Sport ist alleine, zu zweit oder mit Personen des eigenen Haushalts im Freien, auch auf Sportanlagen, erlaubt.</li> <li>• Auch so genannte körpernahe Dienstleistungen, wie zum Beispiel Kosmetik, Massage, Tätowieren, sind untersagt. Dies gilt nicht für medizinisch notwendige Dienstleistungen sowie für Friseursalons, in denen aber keine Kosmetikbehandlung angeboten werden darf.</li> <li>• Prostitution darf weder angeboten noch in Anspruch genommen werden. Auch diese Einrichtungen sind geschlossen.</li> </ul>	<p>استخر شنا، سونا، حمام‌ها، چشمه‌ها و مراکز استراحتی از این دست برای عموم تعطیل است. فقط به صورت یک نفره، دو نفر و یا با اعضای خانوار خود می‌توان در فضای آزاد و یا زمین‌های باز ورزشی فعالیت‌های ورزشی را انجام داد.</p> <p>- همچنین فعالیت مکان‌هایی نظیر آرایشگاه‌های پوست، سالن‌های ماساژ، سالن‌های تاتو ممنوع می‌باشد. این ممنوعیت شامل خدمات ضروری آرایشگاه‌های مو (بدون خدمات پوست) نمی‌شود.</p> <p>- خدمات جنسی (سکس) نه باید ارائه شوند و نه کسی اجازه دارد از این خدمات استفاده کند. خانه‌های روسپی‌گری و سکس تعطیل می‌باشند.</p>
<p><b>Feiern</b></p>	<p><b>جشن و مهمانی</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf Feiern sollten Sie grundsätzlich verzichten. Rechtlich sind sie zwar möglich, wenn Sie die Grundregeln (maximal zehn Personen aus maximal zwei Haushalten, Ausnahme für Familienangehörige <a href="#">siehe oben</a>) einhalten. Aber es ist zurzeit keine Zeit zum Feiern.</li> <li>• Kinder unter zwölf Jahren unterliegen nicht der Zwei-Haushalte-Regel in privaten Wohnungen. Das bedeutet: Das gemeinsame Spielen oder ein Kindergeburtstag sind zuhause und im Freien möglich. Aber:</li> </ul>	<p>- به طور کلی از گرفتن جشن و مهمانی خودداری کنید. از لحاظ قانونی، در صورت رعایت حداکثر حاضرین (ده نفر از حداکثر دو خانوار، استثناء برای اعضای خانواده <a href="#">در بالا</a>) برگزاری جشن‌ها و مهمانی‌ها مقدور است، اما همه می‌دانیم که اکنون وقت مناسبی برای دور هم نشینی نیست.</p> <p>- کودکان زیر دوازده سال در آپارتمان‌های شخصی تحت قانون مذکور دو خانواری نیستند. به این معنی که: بازی کردن یا جشن تولد کودکان در منازل مجاز است. اما: حداکثر حاضرین نباید بیشتر از ده نفر باشد. به طور مثال نه کودک زیر دوازده سال از نه خانوار مختلف و یک فرد بزرگسال.</p> <p>- گردهمایی‌هایی که جنبه کاری دارند، مثل آموزش اولیه همکاران در خارج از محل کار در قالب کارگاه آموزشی یا دوره آموزشی ضمن خدمت در مکان‌های سر بسته فقط</p>

<p>maximal zu zehnt - also zum Beispiel mit bis zu neun Kindern unter zwölf Jahren (aus bis zu neun unterschiedlichen Haushalten) und einer erwachsenen Person.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Beruflich bedingte "Veranstaltungen", wie zum Beispiel die Einarbeitung von Außendienstmitarbeitern im Rahmen eines Workshops oder Fortbildungsveranstaltungen, dürfen in geschlossenen Räumen nur mit bis zu 50 Personen und unter <a href="#">zahlreichen Auflagen</a> stattfinden. Dies sind keine Feiern.</li> </ul>	<p>با حداکثر پنجاه نفر و با رعایت <a href="#">مقررات متعددی</a> قابل برگزاری هستند. این گردهمایی‌ها، به عنوان جشن یا مهمانی در نظر گرفته نمی‌شوند.</p>
<p><b>Reisen</b></p>	<p><u>مسافرت</u></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Vermeiden Sie grundsätzlich alle privaten Reisen sowie Tagesausflüge, die nicht zwingend erforderlich sind.</li> <li>In Hamburg (und bundesweit) dürfen Übernachtungsangebote nicht für touristische Zwecke (hierzu zählen auch Familienbesuche) bereitgestellt werden.</li> <li>Hinweise zu Reisen, die nicht aufzuschieben sind, finden Sie in auf unserer Seite "<a href="#">Fragen und Antworten zum Thema Reisen</a>".</li> </ul>	<p>- لطفاً از تمامی مسافرت‌های شخصی غیر ضروری و پیک‌نیک یا سفرهای یک‌روزه خودداری کنید.</p> <p>- در هامبورگ (و در کل آلمان) امکان اقامت در هتل‌ها با هدف توریستی (همچنین دیدار با خانواده) وجود ندارد و مجاز نمی‌باشد.</p> <p>- اطلاعات لازم در مورد سفرهایی که قابل به تعویق انداختن نیستند را در وبسایت ما در بخش <a href="#">«بیرسش‌ها و پاسخ‌های مربوط به مسافرت»</a> می‌یابید.</p>
<p><b>Sport</b></p>	<p><u>ورزش</u></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Sport darf nur noch allein, zu zweit oder mit den Mitgliedern des eigenen Haushalts ausgeübt werden.</li> <li>Fitness-, Sport- und Yogastudios</li> </ul>	<p>- فقط به صورت یک نفره، دو نفر و یا با اعضای خانوار خود می‌توان فعالیت‌های ورزشی را انجام داد.</p> <p>- سالن‌های ورزشی، یوگا و اماکن ورزشی دیگر، مثل استخر شنا، سونا، حمام‌ها، چشمه‌ها و مراکز استراحتی از</p>



<p>sowie Sporthallen, Schwimmbäder, Saunen und Dampfbäder, Thermen und Wellnesszentren sind für den Publikumsverkehr geschlossen. Sport ist alleine, zu zweit oder mit Personen des eigenen Haushalts im Freien, auch auf Sportanlagen, erlaubt.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Der Trainings- und Wettkampfbetrieb für Berufssportlerinnen und -sportler sowie für Kaderathletinnen und -athleten der olympischen und paralympischen Sportarten darf stattfinden – aber nicht vor Publikum. Sport, Turn- und Tennishallen sind geschlossen. Körperliche Betätigung ist auf öffentlichen Sportplätzen allein, zu zweit oder mit Mitgliedern des eigenen Haushalts möglich.</li></ul>	<p>این دست برای عموم تعطیل است فقط به صورت یک نفره، دو نفر و یا با اعضای خانوار خود می‌توان در فضای آزاد و یا زمین‌های باز ورزشی فعالیت‌های ورزشی را انجام داد.</p> <p>- تمرین‌ها و فعالیت‌های ورزشی حرفه‌ای برای مسابقات توسط ورزشکاران حرفه‌ای که در مسابقات المپیک و پارالمپیک شرکت خواهند کرد، فقط در غیاب تماشاچی‌ها مجاز است. سالن‌های ورزشی و تنیس تعطیل می‌باشند. تحرک بدنی و ورزش در زمین‌های ورزشی عمومی فقط به صورت انفرادی، دو نفره و یا با اعضای خانوار خود مجاز است.</p>
---	--