

Corona: Die 3. Welle stoppen

# Bundesregelungen zur Notbremse

bei **7-Tage-Inzidenz über 100** gilt

## Private Kontakte

Ein Haushalt trifft maximal eine weitere Person

## Ausgangsbeschränkung

von 22 bis 5 Uhr, Sport alleine bis 24 Uhr erlaubt

## Schulen

2x pro Woche Testen bei Wechselunterricht.  
Bei **Inzidenz über 165\*** Unterricht zu Hause

\*an drei aufeinander folgenden Tagen

bei **7-Tage-Inzidenz über 100** gilt

**Einzelhandel des  
erweiterten täglichen  
Bedarfs**  
(z. B. Supermärkte)

Begrenzte Kundenzahl je nach Größe des  
Geschäfts, mit Maske

**Übriger Einzelhandel**

Bei **Inzidenz bis 150\*** Terminshopping mit Test  
und Maske. **Darüber:** geschlossen

**Sport**

Im Freien: Individualsport mit max. 2 Personen  
oder eigenem Haushalt, kontaktloser  
Gruppensport für 5 Kinder bis 14 Jahre

\*an drei aufeinander folgenden Tagen

bei **7-Tage-Inzidenz über 100** gilt

**Kultur und Freizeit**

ohne Präsenz/geschlossen

**Körpernahe  
Dienstleistungen**

Medizinische und ähnliche Dienstleistungen  
sowie Friseure und Fußpflege erlaubt mit  
FFP2-Maske  
(Friseure/Fußpflege zusätzlich mit Test)

**Gastronomie**

geschlossen, Abholung und Lieferdienst  
möglich