

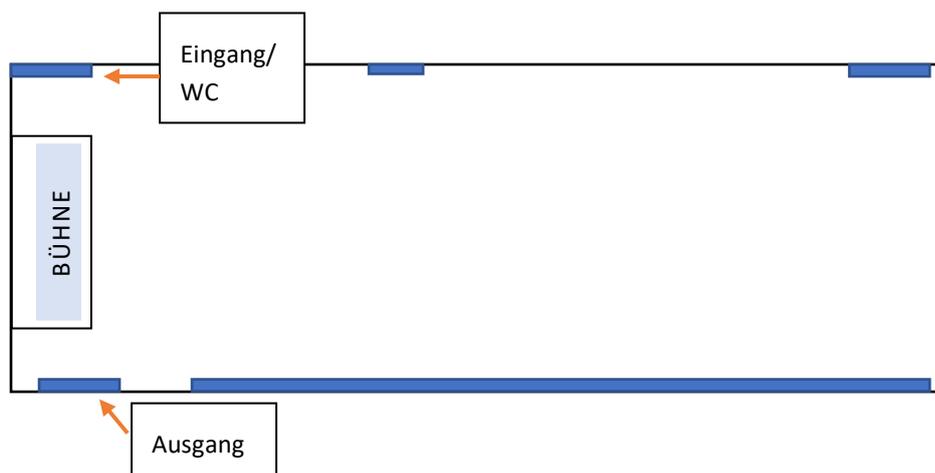
ALLGEMEINES

Liebe Mitglieder und Kursteilnehmer*innen,

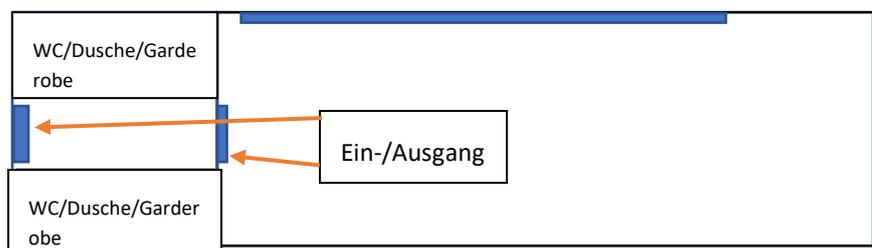
nach einigen Wochen Corona bedingter Pause kann das Training nun langsam wieder losgehen. Jedoch haben wir einige Auflagen vom Land Baden-Württemberg, die wir berücksichtigen müssen, damit sich das Virus nicht wieder stärker ausbreitet. Wenn wir jetzt wieder starten, tun wir das immer noch mit der Gefahr, dass sich Menschen in den Trainingseinheiten anstecken können. Damit das Risiko möglichst gering ist, haben wir ein Konzept erarbeitet, mit dem wir das sicherstellen wollen. Neben den Raumkonzepten gibt es auch entsprechende Abstands- und Hygieneregeln sowie Rahmenbedingungen für das Training. Für uns alle ist es nun wichtig, dass sich alle Teilnehmer*innen auch an diese Spielregeln halten, weshalb wir Euch mit diesem Informationsschreiben über die Regeln informieren wollen.

RAUMKONZEPT

GEMEINDEHALLE



GYMNASTIKRAUM



HYGIENEKONZEPT

Damit sich alle Teilnehmer*innen an die Regelungen halten, ist es wichtig, dass Ihr euch diese vorab zu Hause durchlest. Sollten sich im konkreten Trainingsbetrieb Teilnehmer*innen nicht an die Regeln halten, sind die Übungsleiter*innen angehalten die Sportler*innen daran zu erinnern. Bei wiederholten Verstößen gegen die Regeln müssen die Teilnehmer*innen vom Training ausgeschlossen werden.

FOLGENDE REGELN WURDEN FÜR DEN TRAININGSBETRIEB FIXIERT:

**REGELMÄßIGE DESINFEKTION ODER WASCHEN DER HÄNDE UND GGF. FÜßE DURCH
DIE TEILNEHMER*INNEN**

- Beim Zutritt auf das Sportgelände
- nach dem Toilettengang
- ggf. in der Pause
- bei Barfußtraining sind auch die Füße zu desinfizieren
- am Ende der Stunde

REGELMÄßIGE DESINFEKTION (VOR/NACH JEDER TRAININGSGRUPPE)

- Sportgeräte (Ball, Kleingeräte, Matten etc.)
- Ablageflächen
- Türgriffe, Handläufe, etc.

TOILETTEN

- Toiletten im Treppenaufgang sind geöffnet. Sie werden regelmäßig gereinigt und desinfiziert.
- Die Teilnehmer*innen sind verpflichtet, die Toiletten vor und nach der Benutzung zu desinfizieren.
- Es ist von den Teilnehmern*innen sicherzustellen, dass sich während der Toilettenbenutzung nur eine Person pro Toilettenraum aufhält.

UMKLEIDEN UND DUSCHRÄUME

- Sind zwar wieder zugänglich, es ist aber auf einen Mindestabstand von 1,5 Meter zu achten.
- Sicherer ist es wenn die Teilnehmer*innen bereits in Sportkleidung zum Sportgelände zu kommen und zu Hause duschen.

LAUFWEGE

- Zum Betreten und Verlassen des Sportgeländes müssen verschiedene Ein- und Ausgänge benutzt werden (vgl. Raumkonzept).
- Ein- und Ausgänge sind durch Pfeile und/oder Schilder gekennzeichnet.

- Zudem sind Wartebereiche gekennzeichnet, über die ein geregelter Zugang zur Sportstätte sichergestellt werden kann.
- Die Teilnehmer*innen haben erst dann die Erlaubnis die Sportstätte zu betreten, wenn eine Freigabe durch den Übungsleiter/die Übungsleiterin erfolgt. Sollte das Sportgelände noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.

GRUPPENWECHSEL - DIE VERSCHIEDENEN TRAININGSGRUPPEN SOLLTEN SICH NICHT BEGEGNEN:

- bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.
- die Aufsichtspflicht von Minderjährigen muss dabei jederzeit gewährleistet bleiben.
- auf zügiges Verlassen des Trainingsgeländes wird hingewiesen.
- die folgende Trainingsgruppe darf das Sportgelände erst betreten, wenn die vorhergehende Trainingsgruppe das Gelände vollständig verlassen hat.
- gemeinsames Treffen und Austausch sowie Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder Nachgang des Trainings auf dem Sportgelände sind untersagt. Im öffentlichen Raum gelten die behördlichen Auflagen.

ABSTAND HALTEN

- Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,5 m) ist von allen Teilnehmern*innen immer einzuhalten, sowohl beim Betreten als auch Verlassen des Sportgeländes.
- In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten.
- Die Ablage des Equipments inkl. Trinkflaschen erfolgt in der pro Teilnehmer*in ausgewiesenen „Zone“

EIGENES EQUIPMENT DER SPORTTREIBENDEN

- Das Mitbringen eines **großen** Handtuchs zur Unterlage ist bei Fitness-Kursen verpflichtend.
- Trinkflaschen sind von den Teilnehmern*innen selbst mitzubringen.
- In Absprache mit dem/der Übungsleiter*in können für das Training benötigte Spiel- und Handgeräte bzw. Trainingsmaterialien (z.B. Bälle, Yoga-Matten, etc.) mitgebracht werden.

TRAININGSGRUPPENKONZEPT

GRÖßE

GEMEINDEHALLE (GRÖßE: 405QM OHNE BÜHNE)

- Trainings- und Übungseinheiten mit Raumwegen dürfen ausschließlich individuell oder in Gruppen von maximal zwanzig Personen erfolgen.
- Trainings- und Übungseinheiten mit einer Beibehaltung des individuellen Standorts, insbesondere Training an festen Geräten und Übungen auf persönlichen Matten, sind so zu gestalten, dass eine Fläche von mindestens 10 qm pro Person zur Verfügung steht. Also max. 20 Personen.

GYMNASTIKRAUM (112QM)

- Trainings- und Übungseinheiten mit Raumwegen dürfen ausschließlich individuell oder in Gruppen von maximal 7 Personen erfolgen.
- Trainings- und Übungseinheiten mit einer Beibehaltung des individuellen Standorts, insbesondere Training an festen Geräten und Übungen auf persönlichen Matten, sind so zu gestalten, dass eine Fläche von mindestens 10 qm pro Person zur Verfügung steht. Also max. 11 Personen.

TRAININGSINHALTE

- Die Trainingsinhalte, die unter den gegebenen Umständen und Raumvorgaben trainiert werden dürfen, sind in den Empfehlungen der jeweiligen Sportfachverbände festgelegt. Die Übungsleiter*innen müssen sich an diesen Empfehlungen orientieren. Dabei steht die Gesundheit des Teilnehmers immer im Vordergrund.
- Ein Training von Sport- und Spielsituationen, in denen ein direkter körperlicher Kontakt erforderlich oder möglich ist, sind möglichst zu vermeiden.
- Während des Trainings in geschlossenen Räumen sind in geschlossenen Räumen hochintensive Ausdauerbelastungen nicht zu empfehlen.

PERSONENKREIS

- Es dürfen ausschließlich die Übungsleiter*innen/Übungsleiter*innen sowie die Teilnehmenden anwesend sein (keine Eltern, keine Zuschauenden),

- Die Teilnahme von Risikogruppen (gemäß Definition des Robert Koch-Institutes) am Sportbetrieb sollte mit Sorgfalt abgewogen werden (**betrifft Übungsleiter*innen und Teilnehmende**).
- Es sind grundsätzlich **alle** Personen besonders zu schützen.

ANWESENHEITSLISTE

- In jeder Trainingsstunde ist eine Anwesenheitsliste (Angaben: Datum, Ort sowie Übungsleiter, TN-Name, Anschrift oder Mailadresse, Telefon) durch den/die Übungsleiter*in zu führen, damit bei einer möglichen Infektion eines Sporttreibenden oder eines*r Übungsleiter*in die Infektionskette zurückverfolgt werden kann. Beim Auftreten eines positiven Falls werden die Daten an das Gesundheitsamt weitergegeben!

GESUNDHEITSPRÜFUNG

- Nur gesunde und symptomfreie Sporttreibende nehmen am Training teil. Andernfalls ist eine Teilnahme nicht möglich.
- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen (gerechnet ab dem Tag der Erkrankung) und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen. Der/die Übungsleiter*in hat dies vor jedem Training abzufragen.

FAHRGEMEINSCHAFTEN

- Fahrgemeinschaften sollten vorerst ausgesetzt werden, um auch hier das Risiko einer Infektion zu minimieren.

ERSTE-HILFE

- Ein Erste-Hilfe-Koffer ist in der jeweiligen Sportstätte deponiert.
- Bei gesundheitlichen Notfällen ist Erste-Hilfe zu leisten.
- Informationen zu Erste-Hilfe in Corona-Zeiten finden sich z. B. auf der Internetseite des ADAC (<https://www.adac.de/verkehr/erste-hilfe-corona/>).

Solltet Ihr Fragen haben, wendet Euch bitte an Eure Übungsleiter oder an den Vorstand. Auf diesem Wege sagen wir Euch allen schon jetzt Danke dafür, dass Ihr diese nicht alltägliche Situation mithelft die Vorgaben einzuhalten!

Mit der Teilnahme am Sportangebot seid Ihr einverstanden, dass der TV Lottstetten, Eure Daten im Falle einer Corona-Infektion in der Gruppe an das Gesundheitsamt weitergeben darf.

Lottstetten, 27.06.20
