



Konzept zu Hygiene und Ablauf des Trainingsbetriebes

Nach § 4 Absatz 2 Nummer 15a der CoronaVO dürfen zu Trainings- und Übungszwecken nach Maßgabe der Absätze 2 bis 4 ab dem 02.06.2020 wieder öffentliche Sportanlagen und Sportstätten betrieben werden.

Dabei müssen folgende Hygieneregeln und Vorgaben unbedingt beachtet werden.

1. Distanz

Während der gesamten Trainings- und Übungseinheiten muss ein **Mindestabstand** von 1,5 Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen durchgängig eingehalten werden.

2. Körperkontakt

Sport und Bewegungen müssen **kontaktfrei** durchgeführt werden.

- keine Partnerübungen
- keine Mannschaftsspiele, auch draußen nicht
- kein Abklatschen, Händeschütteln, Umarmen u.ä.

3. Belastung reduzieren

In der MZH ist hochintensive Ausdauerbelastung untersagt. Hochintensiv bedeutet eine anhaltende Belastung am oder im anaeroben Bereich.

4. Maximal erlaubte Gruppengrößen

- der Übungsleiter zählt grundsätzlich als eine Person der gesamten Gruppe
- Training mit Raumwegen (Bewegungsraum beim Training erforderlich, z.B. Anlauf beim Geräteturnen etc., **MANNSCHAFTSSPIELE SIND UNTERSAGT**) müssen pro Person 40 qm zur Verfügung stehen.
Bei unserer Hallengröße bedeutet dies maximal 8 Personen pro Gruppe
- unter Beibehaltung des individuellen Standortes, insbesondere Training an festen Geräten und Übungen auf persönlichen Matten, muss pro Person eine Fläche von 10 qm zur Verfügung stehen

5. Verkehrswege und Belüftung

- bei Training an festen Geräten müssen die Wege zwischen den Geräten (Verkehrsweg) ausreichend Schutzabstände bei der Nutzung bieten
- die Halle muss über die Nordfenster und/oder die Notausgangstüren bzw. über die Eingangstüren durchs Foyer ausreichend belüftet werden. Sollte es zu zugig werden, muss mindestens vorher (sofern beim Gruppenwechsel nicht ohnehin bereits gelüftet wurde) und nachher gründlich durchgelüftet werden.

6. Zugang zu Nebenräumen

Umkleiden und Duschen sind grundsätzlich gesperrt, d.h alle SportlerInnen müssen bereits in Sportkleidung erscheinen.

Lediglich die Toiletten sind während des Übungsbetriebes zugänglich. Bei Bedarf dürfen sie nicht von mehreren Personen gleichzeitig, sondern nur nacheinander aufgesucht werden.

7. Nutzung von Geräten

Laut Verordnung müssen alle benutzten Geräte gereinigt/desinfiziert werden. Da dies bei vielen unserer Geräte schlecht oder gar nicht möglich ist, **dürfen alle Geräte nur nach Rücksprache mit dem Vorstand verwendet werden.**

Als Gymnastikmatten **müssen** persönliche Isomatten oder sonstige rutschfeste mitgebrachte Unterlagen verwendet werden.

Kleingeräte lassen sich durch entsprechendes Training (Functional training) oder individuell mitgebrachte Dinge (Wasserflaschen als Hanteln) ersetzen.

8. Ablauf des Trainings bei jeder Einheit

- der **Zugang zur Halle** erfolgt ausschließlich über den Haupteingang zur Halle durch das Foyer, siehe Beschilderung
- beim Betreten des Foyers müssen die **Hände** desinfiziert werden, es dürfen eigene geeignete, mitgebrachte Desinfektionsmittel verwendet werden. Ansonsten steht ein Desinfektionsmittel zur Verfügung
- im Foyer müssen die **Straßenschuhe zügig ausgezogen** und mit zum persönlichen Platz in der Halle genommen werden. Erst dort dürfen Hallenschuhe angelegt werden.
- es dürfen sich **nicht mehr als drei Personen im Foyer** aufhalten, der Mindestabstand muss dabei gewahrt bleiben
- anschließend muss **zügig die Halle betreten** und darin ein individueller Platz aufgesucht werden, wo die persönliche Matte/Unterlage und persönliche Dinge abgelegt werden
- beim Training ist die **allgemeine Hygieneetikette** zu beachten
- das Tragen eines (Behelfs-) Mund-Nasen-Schutzes während des Trainings ist nicht vorgeschrieben, da der Mindestabstand gewahrt werden kann
- **nach dem Training** ist die Halle zügig durch den Notausgang (Beschilderung!) zu verlassen
- auch vor der Halle und auf dem Parkplatz **sind die Mindestabstände einzuhalten**

9. Aufenthalt in und um die Halle außerhalb des Trainings

Außerhalb des Trainingsbetriebes ist für alle SportlerInnen ein Aufenthalt in der Halle sowie allen Nebenräumen untersagt.

10. Fahrgemeinschaften und Wege zum und vom Training

Bei der Fahrt zum Training bzw. nach Hause sind die jeweils aktuell für Fahrzeugnutzung geltenden Punkte der Coronaverordnung des Landes Baden-Württemberg zu beachten.

Die Einhaltung der Hygieneregeln und der aktuell gültigen Regeln hinsichtlich Gruppenbildung auf dem Weg zum Training bzw. auf dem Heimweg liegen in der **Eigenverantwortung der Trainierenden bzw. deren Erziehungsberechtigten.**

11. Ausschluss von Personen vom Training

Am Training dürfen nur gesunde und symptomfreie Personen teilnehmen.

Vom **Training generell ausgeschlossen** sind alle Personen

- die in Kontakt zu einer mit SARS-CoV-2 infizierten Person stehen oder standen, wenn seit dem letzten Kontakt noch nicht 14 Tage vergangen sind, oder
- die Symptome eines Atemwegsinfekts oder erhöhte Temperatur aufweisen

Sollte bei einem Teilnehmer der Verdacht entstehen, sich mit SarS-CoV-2 infiziert zu

haben, raten wir dringend dazu, Kontakt zum persönlichen Hausarzt aufzunehmen.

12. Sonstige Sicherheitsmaßnahmen

Der TSV muss für jede Trainingsmaßnahme eine **verantwortliche Person** benennen, die für die Einhaltung aller Regeln und Abläufe sorgt. Das ist in unserem Fall der jeweilige ÜL.

Der ÜL muss in **jeder Trainingseinheit** folgende Daten festhalten:

- Name und Vorname des Teilnehmers/der Teilnehmerin
- Datum und Beginn sowie Ende des Trainingsbesuchs
- Telefonnummer **oder** Adresse des Teilnehmers/der Teilnehmerin

Am Training darf nur teilnehmen, wer für jede Trainingseinheit die entsprechenden Daten vollständig und korrekt zur Verfügung stellt.

Diese Teilnehmerlisten müssen nach jeder Trainingseinheit beim Betreiber der MZH, d.h. am Rathaus Boll (Briefkasteneinwurf, möglichst in einem Kuvert) abgegeben werden.

Die Daten dienen ausschließlich dazu, im Falle einer Infektion die möglichen Infektionsketten nachverfolgen zu können. Sie werden vom Betreiber vier Wochen nach Erhebung gelöscht.

Außerdem muss jeder Trainierende einmalig zu Beginn des Sportbetriebes eine Erklärung unterzeichnen, mit der er sich verpflichtet, alle Regeln und Vorgaben anzuerkennen und einzuhalten. **Ohne diese Erklärung darf nicht trainiert werden!**

Die Erklärungen sollen in einem dafür angelegten Sammelordner im Regieraum abgelegt werden.

Bitte haltet auch (Behelfs-) Mund-Nasen-Schutz und Einmalhandschuhe bereit, falls ihr Erste-Hilfe leisten müsstet. Handschuhe liegen im Regieraum bereit.

Mit der Unterschrift erklärt sich der / die Übungsleiter/in einverstanden mit dem Konzept und verpflichtet sich zur Einhaltung aller Regeln und Vorgaben.

Zur ersten Trainingsstunde muss dem Vorstand diese Erklärung vorliegen.

Name der Abteilung

Ort, Datum

Unterschrift des Übungsleiters