

TEILNEHMER-INFORMATION

ZUR WIEDERAUFNAHME DES SPORTBETRIEBS

Gesund & Fit / Rehasport beim TSV Waldenbuch

AB DEM 02.06.2020

A: ALLGEMEINES

Sehr geehrte 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 für die verschiedenen Sportstätten (*Sportstätten benennen*) 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

Sportstätte Stadionhalle

Der Eingang ist nur durchs UG möglich, hier kommt man direkt an den Toiletten mit der Möglichkeit zum Händewaschen vorbei. Im Foyer vor dem Eingang zur Halle besteht zusätzlich die Möglichkeit zur Händedesinfektion (soweit dem Verein die Bereitstellung in ausreichender Menge möglich ist).

Der Ausgang erfolgt durch die Türe im Foyer

B: HYGIENEKONZEPT

Damit sich alle Teilnehmer*innen an die Regelungen halten, ist es wichtig, sich diese vorab zu Hause durchzulesen. Sollten sich im konkreten Trainingsbetrieb Teilnehmer*innen nicht an die Regeln halten, sind die Trainer*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:

1. Regelmäßige Desinfektion 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.
2. Regelmäßige Desinfektion und Reinigung
 - Sportgeräte (Ball, Kleingeräte, Matten etc.)
 - Ablageflächen
 - Türgriffe, Handläufe, etc.

TEILNEHMER-INFORMATION

ZUR WIEDERAUFNAHME DES SPORTBETRIEBS

Gesund & Fit / Rehasport beim TSV Waldenbuch

AB DEM 02.06.2020

3. Toiletten

- Toiletten sind im UG zu finden und während der Nutzungszeiten der Anlage geöffnet. Sie werden regelmäßig gereinigt und desinfiziert.
- Es ist von den Teilnehmern*innen sicherzustellen, dass sich während der Toilettenbenutzung nur eine Person pro Toilettenraum aufhält.

4. Umkleiden und Duschräume

- Bis der normale Trainingsbetrieb wiederhergestellt ist, bleiben Umkleiden und Duschräume geschlossen.
- Die Trainierenden sind aufgefordert, bereits in Sportkleidung zum Sportgelände zu kommen.

5. Laufwege

- Zum Betreten und Verlassen des Sportgeländes müssen verschiedene Ein- und Ausgänge benutzt werden (vgl. Raumkonzept).
- Ein- und Ausgänge sind durch Pfeile und Schilder gekennzeichnet.
- Zudem sind Wartebereiche gekennzeichnet, über die ein geregelter Zugang zur Sportstätte sichergestellt werden kann.
- der/die Übungsleiter*in hat vorab dafür zu sorgen, dass die Sporttreibenden nicht gemeinsam, sondern mit Abstand das Sportgelände betreten.
- Die Teilnehmer*innen haben erst dann die Erlaubnis die Sportstätte zu betreten, wenn ihr es freigeht. Sollte das Sportgelände noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.

6. Gruppenwechsel - Die verschiedenen Trainingsgruppen sollten sich nicht begegnen:

- ausreichend Zeit zwischen den Trainingsgruppen einplanen.
- bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.
- die Aufsichtspflicht von Minderjährigen muss dabei jederzeit gewährleistet bleiben.
- auf zügiges Verlassen des Trainingsgeländes hinweisen.
- 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.
- Die Zeit des Gruppenwechsels sollte ggf. zum Desinfizieren der Geräte genutzt werden.

7. 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.
- Zur Orientierung für den richtigen Abstand sind die Sportstätten mit entsprechenden Markierungen versehen.
- In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten.

TEILNEHMER-INFORMATION

ZUR WIEDERAUFNAHME DES SPORTBETRIEBS

Gesund & Fit / Rehasport beim TSV Waldenbuch

AB DEM 02.06.2020

- Die Ablage des Equipments inkl. Trinkflaschen erfolgt in der pro Teilnehmer*in ausgewiesenen „Zone“

8. 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 Trainer*in können für das Training benötigte Spiel- und Handgeräte bzw. Trainingsmaterialien (z.B. Bälle, Yoga-Matten, etc.) mitgebracht werden.

C: TRAININGSGRUPPENKONZEPT

2. Größe

- Trainings- und Übungseinheiten mit Raumwegen dürfen ausschließlich individuell oder in Gruppen von maximal zehn Personen erfolgen. Dabei muss die Trainings- und Übungsfläche so bemessen sein, dass pro Person mindestens 40 qm zur Verfügung stehen.
- 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.

3. Trainingsinhalte

- Die Trainingsinhalte, die unter den gegebenen Umständen und Raumvorgaben trainiert werden dürfen, sind in den Empfehlungen der jeweiligen Sportfachverbände festgelegt. Die Trainer*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, ist untersagt.
- Während des Trainings in geschlossenen Räumen sind in geschlossenen Räumen hochintensive Ausdauerbelastungen untersagt.

4. Personenkreis

- Es dürfen ausschließlich die Übungsleiter*innen/Trainer*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.

TEILNEHMER-INFORMATION

ZUR WIEDERAUFNAHME DES SPORTBETRIEBS

Gesund & Fit / Rehasport beim TSV Waldenbuch

AB DEM 02.06.2020

5. 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! Beim Rehasport sollte jeder Teilnehmer seinen eigenen Stift zur Unterschrift mitbringen.
- Die ausgefüllten Listen werden von dem Übungsleiter*in zeitnah an die Geschäftsstelle zur Sicherstellung der Daten verschickt.

6. 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.

7. Fahrgemeinschaften

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

8. 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 zunächst an Eure Übungsleiter oder an mich als Ansprechpartner von Gesund & Fit und Rehasport. Auf diesem Wege sagen wir Euch allen schon jetzt Danke dafür, dass Ihr diese nicht alltägliche Situation so annehmt. Wollen wir hoffen, dass sich die Situation in den nächsten Wochen weiter entspannt, dabei unsere Teilnehmer, Sportler und Mitglieder gesundheitlich geschützt bleiben, Ihr aber auch das lang ersehnte gute Gefühl beim und nach Sporttreiben wieder spürt. Denn auch das ist ein wichtiger Baustein, gesund zu bleiben.

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

Waldenbuch, 26.05.2020



Ulrike Deinaß Bereichsleitung Gesund & Fit, Rehasport