

MITGLIEDER-/TEILNEHMER-INFORMATION
zur Durchführung des Trainingsbetriebes des
TuS Altenheim Abtl. Gesundheit u- Breitensport
gültig ab dem 01.07.2020



A: ALLGEMEINES

Sehr geehrte Mitglieder und Kursteilnehmer*innen,

seit einigen Wochen Corona bedingter Pause hat das Training nun langsam wieder begonnen. Jedoch haben wir einige Auflagen vom Land Baden-Württemberg, die wir berücksichtigen müssen, damit sich das Virus nicht wieder stärker ausbreitet. Wenn wir unseren Trainingsbetrieb wieder intensivieren, 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 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: Schulturnhalle Altenheim

Max. 20 Personen inkl. Trainer

Lageplan hängt in der Halle aus

Sportstätte: Lindenfeldhalle Dundenheim

Max. 20 Personen inkl. Trainer

Lageplan hängt in der Halle aus

Sportstätte: Regenbogensaal

Nur Freitags Max. 20 Personen inkl. Trainer

Lageplan hängt in der Einrichtung aus.

Sportstätte: Foyer Herbert Adam Halle

Max. 20 Personen inkl. Trainer

Lageplan hängt in der Einrichtung aus.

MITGLIEDER-/TEILNEHMER-INFORMATION
zur Durchführung des Trainingsbetriebes des
TuS Altenheim Abtl. Gesundheit u- Breitensport
gültig ab dem 01.07.2020



B: 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 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 vor und nach jedem Training
 - Sportgeräte (Kleingeräte, Matten etc. und Ablageflächen)
3. Toiletten
 - Toiletten sind während der Nutzungszeiten der Anlage geöffnet und werden von der Gemeinde regelmäßig gereinigt und desinfiziert.
 - Es ist von den Teilnehmer*innen sicherzustellen, dass sich während der Toilettenbenutzung nur eine Person pro Toilettenraum aufhält.
 - Die Hygieneartikel wie Seife, Desinfektionsmittel und Papierhandtücher werden ausreichend von der Gemeinde bereitgestellt.
 - Die Toilettenräume werden regelmäßig ausreichend belüftet.
4. Umkleiden und Duschräume
 - Der Aufenthalt in Toiletten, Duschen und Umkleiden ist mit einem Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen den Nutzerinnen und Nutzern möglich. Der Aufenthalt in Duschen und Umkleiden ist von den Nutzerinnen und Nutzern zeitlich auf das unbedingt erforderliche Maß zu begrenzen.
5. Laufwege
 - Der Zutritt der Mitglieder in das Gebäude ist nur in Begleitung des Trainers erlaubt.
 - Der Wartebereich für den Gruppenwechsel ist vor dem jeweiligen Eingang der Sportstätte. Die Abstandsregeln sind dabei einzuhalten.
6. Gruppenwechsel - Die verschiedenen Trainingsgruppen sollten sich nicht begegnen:
 - ausreichend Zeit zwischen den Trainingsgruppen einplanen.
 - der/die Übungsleiter*in hat vorab dafür zu sorgen, dass die Sporttreibenden nicht gemeinsam, sondern mit Abstand das Sportgelände betreten.
 - sollte das Sportgelände noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.
 - bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.

MITGLIEDER-/TEILNEHMER-INFORMATION
zur Durchführung des Trainingsbetriebes des
TuS Altenheim Abtl. Gesundheit u- Breitensport
gültig ab dem 01.07.2020



- die Aufsichtspflicht von Minderjährigen muss dabei jederzeit gewährleistet bleiben.
- auf zügiges Verlassen des Trainingsgeländes hinweisen.
- die folgende Trainingsgruppe darf die Sportstätte 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 der Sportstätte sind untersagt. Im öffentlichen Raum gelten die behördlichen Auflagen.
- Die Zeit des Gruppenwechsels wird, wenn für das Training notwendig, zum Desinfizieren der Geräte genutzt.

7. Abstand halten

- Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,5 m) sollte von allen Teilnehmer*innen immer eingehalten werden, sowohl beim Betreten als auch Verlassen des Sportgeländes.
- In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten.

MITGLIEDER-/TEILNEHMER-INFORMATION
zur Durchführung des Trainingsbetriebes des
TuS Altenheim Abtl. Gesundheit u- Breitensport
gültig ab dem 01.07.2020



C: TRAININGSGRUPPENKONZEPT

1. Größe und Abstandsregeln

- Es kann in Gruppen mit bis zu 20 Personen trainiert werden (inkl. Trainer)
- Während der gesamten Trainings- und Übungseinheiten wird ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen eingehalten werden. Pro Teilnehmer sind demzufolge grundsätzlich 5 qm Trainingsfläche zu kalkulieren. Davon ausgenommen sind für das Training oder die Übungseinheit übliche Sport-, Spiel- und Übungssituationen. Hier gilt die Abstandsregelung zeitweise nicht.

2. 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.
- Hochintensive Ausdauerbelastungen sollten auch weiterhin im Freien durchgeführt werden.

3. Einteilung

- Die Trainingsgruppen, die in der Sportstätte trainieren, sollten feste Kurs- oder Trainingsgruppen der Abteilungen sein.
- Eine wechselnde Zusammensetzung der Gruppen ist zu vermeiden.

4. Personenkreis

- Im Trainingsbetrieb sollten 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.

5. Anwesenheitslisten

- In jeder Trainingsstunde ist die Teilnehmerliste durch den/die Übungsleiter*in auf Anwesenheit zu überprüfen. Die Anwesenheitsliste enthält Angaben zu Trainingsdatum, Trainingsort, ÜL-Name und TN-Name jeweils mit Anschrift, Emailadresse sowie Telefon), damit bei einer möglichen Infektion eines Sporttreibenden oder eines*r Übungsleiter*in die Infektionskette zurückverfolgt werden kann.
- Die ausgefüllten Listen werden von jedem Übungsleiter verwahrt, um im Bedarfsfall dem Gesundheitsamt aushändigen zu können.
- Die Daten werden vom Verein vier Wochen nach Erhebung aufbewahrt und anschließend gelöscht.
- Bei einem Corona-Verdachtsfall sind die behördlich festgelegten Wege einzuhalten.

MITGLIEDER-/TEILNEHMER-INFORMATION
zur Durchführung des Trainingsbetriebes des
TuS Altenheim Abtl. Gesundheit u- Breitensport
gültig ab dem 01.07.2020



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. Erste-Hilfe

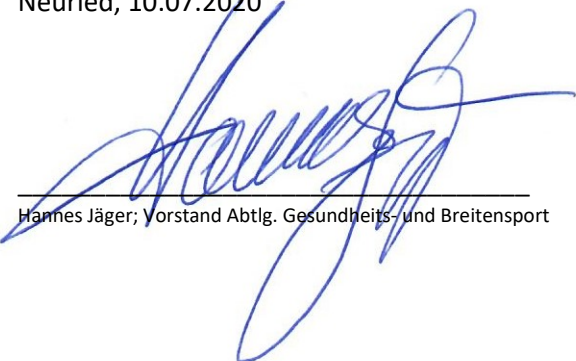
- Der Erste-Hilfe-Koffer ist im jeweils gekennzeichneten Schrank (Lageplan der Sportstätte) deponiert. Er wird regelmäßig vom Hygiene-Beauftragten auf Vollständigkeit überprüft werden.
- Bei gesundheitlichen Notfällen ist Erste-Hilfe zu leisten.

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 Trainer oder direkten Ansprechpartner in der Abteilung/im Verein. 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 TuS Altenheim, Eure Daten im Falle einer Corona-Infektion in der Gruppe an das Gesundheitsamt weitergeben darf.

Neuried, 10.07.2020



Hannes Jäger; Vorstand Abtlg. Gesundheits- und Breitensport