

Hygienevorschriften TSV 08 Schweigern



Zugang: Vor Betreten der Veranstaltung hat ein Symptomcheck zu erfolgen. Personen, die Erkältungssymptome, Husten, Fieber, Schnupfen oder Atemnot aufweisen können nicht teilnehmen. Personen, die in den letzten 14 Tagen Kontakt zu einem COVID-19 Erkrankten hatten können ebenfalls nicht teilnehmen.

Die Symptomfreiheit der Teilnehmer muss schriftlich dokumentiert werden (s.u.)

Begrenzter Zugang zu Umkleiden: Bei der Nutzung von Umkleiden dürfen maximal 5 Personen aus unterschiedlichen Haushalten gleichzeitig in der Umkleidekabine sein. Duschen dürfen nicht benutzt werden. In geschlossenen Räumen und wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, ist abgesehen von der sportlich aktiven Phase, der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken empfohlen. Wir empfehlen möglichst in Sportkleidung zum Training zu kommen, um das Nutzen der Umkleidekabinen zu umgehen. Die Seiteneingänge an der Turnhalle können zum Betreten der Halle genutzt werden.

Trainingsgruppen verkleinern: Das Training dürfen maximal 20 Personen gleichzeitig besuchen, der Übungsleiter ist hierbei mit inbegriffen. Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert.

- So wenig Personen wie möglich auf die Trainingsfläche zeitgleich zulassen.

Händewaschen: Vor Betreten der Veranstaltung hat jeder Teilnehmer sich die Hände mit Wasser und Seife zu waschen und zu desinfizieren.

Desinfektionsmittel: Viruzide Händedesinfektionsmittel sind bereit zu stellen.

Distanzregeln: Vor Beginn, sowie nach der Übungsstunde muss ein Mindestabstand von 1,5 – 2,00 m zu anderen Personen eingehalten werden.

- Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft und diese weitreichender in den Raum hinein ventiliert wird, sind 1,5 - 2,00 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten. Mit zunehmender Trainingsintensität (Aspiration) sollte der Abstand vergrößert werden.

- Abstand der stationären Geräte ggf. vergrößern.

- Das Training in einem Zirkel wird empfohlen, um "Warteschlangen" an den Geräten zu vermeiden. Die Hygienebestimmungen (Handtuch unterlegen und Desinfizieren der Griffe nach jedem Gebrauch) müssen dabei von den Teilnehmenden strikt eingehalten werden.

- Gruppentraining: Bei Gruppenwechsel genügend Zeit einplanen, sodass sich die Gruppen nicht treffen.

Körperkontakt: Körperkontakte auf ein Minimum begrenzen ohne Körperkontakt sind zu bevorzugen und außerhalb der sportartspezifischen Trainings- und Spielsituationen sollten körperliche Kontakte komplett unterbleiben. So ist auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe bestmöglich zu verzichten.

- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe.
- Korrekturen zur Übungsausführung durch Trainer*innen erfolgen nur mündlich.

Hygieneregeln:

- Waschgelegenheit und Seife sind bereitgestellt, um das Händewaschen vor und nach dem Training zu gewährleisten.

- Desinfektionsmittel wird an der Trainingsfläche bereitstellen.

- Die Teilnehmenden bringen ein großes Badetuch mit, welches sie über die Matte legen können oder wenn möglich sollten sie ihre eigene Matte mitbringen.

- Möglichst auf die Nutzung von Kleingeräten verzichten.

- Alle Geräte werden vor und nach Gebrauch durch die trainierende Person desinfiziert, Handtücher werden bei Nutzung untergelegt, um Körperkontakt zu vermeiden.

- Die Räume müssen ausreichend und regelmäßig belüftet werden (z.B. Fenster öffnen). Nicht zu belüftende Räume sind von der Nutzung auszuschließen.

- Beim Betreten und Verlassen der Turnhalle sollte ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.

- Niesen oder Husten muss in die Ellenbeuge erfolgen.

Angehörige von Risikogruppen besonders schützen: Angehörige einer Risikogruppe besuchen die Übungsstunde auf eigene Gefahr. Der Verein übernimmt in diesen Fällen keine Haftung.

Registrierungspflicht: Jeder Übungsleiter ist verpflichtet folgende Dinge einzuhalten:

- Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten sind zu führen. (Angaben: Datum, Ort und Trainingsslot/Uhrzeit sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon).

- Trainerpersonal auf der Trainingsfläche dokumentieren.

- Selbstverständlichkeit: Nur, wer in eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von CoronaVirus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen.

- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen (nach der behördlich angeordneten Quarantäne) und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen.

Freiluftaktivität: Es besteht die Übungsstunde außerhalb der Turnhalle durchzuführen.

- Trainingszirkel, Cycling Bikes u. ä. können im Außengelände aufgebaut werden unter Wahrung der Abstands- und Hygieneregeln.

Sportarten/Tätigkeiten: Welche Sportarten bzw. Tätigkeiten zulässig sind und unter welchen spezifischen Auflagen ist den jeweiligen aktuellen Erlassen der zuständigen Ministerien und den Empfehlungen des Robert-Koch-Institutes und der Fachverbände zu entnehmen. Besondere Einschränkungen gelten mit Blick auf die Abstandsregel hinsichtlich Körperkontakt.

Belehrung: Alle Teilnehmer müssen vor Beginn der Veranstaltung auf die Hygieneregeln hingewiesen werden.

Verantwortlicher: In jeder Turngruppe gibt es einen Hygieneverantwortlichen, der der Vorstandschaft und den offiziellen Hygienebeauftragten mitgeteilt wird. Dieser ist dafür verantwortlich, dass die genannten Hygieneregeln während den Übungsstunden eingehalten werden.

Schlussdesinfektion: Diese Reinigung hat nach Ende der Veranstaltung und vor Beginn des sonstigen Betriebes des Raumes zu erfolgen. Bei der Desinfektion müssen alle Hautkontaktflächen sowie Lichtschalter, Türgriffe, Sanitäreanlagen sowie verwendete Geräte usw. desinfiziert werden.

Hygienebeauftragte:

1. Hygienebeauftragte

Saskia Volk 0160/97332208

2. Hygienebeauftragte

Laura Weiß 0176/45616077

Ein Einhalten der Hygienevorschriften ist verpflichtend!

Mögliche Veränderungen können auf der Seite des Kultusministeriums Baden-Württemberg nachgelesen werden!

<https://km-bw.de/,Lde/Startseite/Ablage+Einzelseiten+gemischte+Themen/CoronaVO+Sport+ab+1 + Juli>

Übernommen aus: [https://www.dtb.de/fileadmin/user_upload/dtb.de/DTB/Corona/DTB-Empfehlungen Fitness- und Gesundheitssport 20200714.pdf](https://www.dtb.de/fileadmin/user_upload/dtb.de/DTB/Corona/DTB-Empfehlungen_Fitness- und Gesundheitssport_20200714.pdf)

Gez. Vorstandschaft TSV 08 Schweigern

Stand: 23.07.2020