



CORONA-PANDEMIE: Rahmenbedingungen bzgl. Hygienemaßnahmen und Trainingsgestaltung zum Wiedereinstieg in den Sportbetrieb in der Halle

- Stand: 20.07.2020 -

Ansprechpartner bzgl. Corona-bedingter Regelungen für TuRa Otterstadt

Dr. Rolf Zentgraf - 1. Vorsitzender, Tel 06236 55506 - fam.zentgraf@gmx.de

Ansprechpartner vor Ort:

Betreuer-/Übungsleiter*innen

TuRa Otterstadt steht vor der Wiederaufnahme seines Trainingsbetriebes für seine aktiven Sportabteilungen und der externen Nutzer in der Schulturnhalle und der TuRa-Halle.

Die nachfolgende Checkliste beschreibt den Umfang und die notwendigen Vorgaben hygienischer und verhaltensrelevanter Trainingsbedingungen während der Hallennutzung.

Klares Ziel ist das Einhalten der von der Landesregierung Rheinland-Pfalz, den Sportverbänden, der Verbandsgemeinde Rheinauen und der in unserer Halle selbst eingeforderten Rahmenbedingungen.

Der/die Trainer*in übernimmt die verbindliche Information der teilnehmenden Sportler vor der jeweiligen Trainingseinheit und besitzt als Vor-Ort-Vertreter*in der Vorstandschaft volle Weisungsbefugnis.

Wir bitten alle unsere Sportler dringend, die hier verbindlich aufgelisteten Standards einzuhalten.
Nur dies gewährleistet in der kritischen Corona-Pandemie-Zeit einen einigermaßen ansprechenden und kontinuierlich möglichen Trainingsbetrieb.

INHALT

GESUNDHEITZUSTAND DER TEILNEHMENDEN SPORTLER

ORGANISATORISCHE VORAUSSETZUNGEN

HYGIENE

TRAININGSGESTALTUNG

UMGANG MIT SPORTGERÄTEN BEIM TRAINING

Checkliste

"Hygienemaßnahmen und Trainingsgestaltung zum Wiedereinstieg in den Sportbetrieb"



GESUNDHEITZUSTAND DER TEILNEHMENDEN SPORTLER

>	vor Trainingsbeginn den aktuellen Gesundheitszustand erfragen	
>	Sportler mit Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome	!!!
>	keine Trainingsteilnahme > der Sportler muss zuhause bleiben!	
>	Sportler mit positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt	!!!
>	betreffende Person muss mindestens 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden. Aktuelle Empfehlungen: vier Wochen!	
>	Sportler mit relevanten Vorerkrankungen	
>	nur Individualtraining möglich	

ORGANISATORISCHE VORAUSSETZUNGEN

>	Unterweisung des Trainerstabes durchführen	☑
>	den Anweisungen des Trainerstabes Folge leisten	
>	auf Fahrgemeinschaften zum und vom Training weg verzichten	
>	in der Halle max. 10 Min. vor Trainingsbeginn erscheinen	
>	das Training pünktlich beginnen und beenden	
>	Anwesenheitsliste für Trainingsteilnehmer führen	
>	keine Zuschauer und unbefugte Personen in der Halle zulassen	
>	die Halle betreten nur Sportler und Trainer-/Betreuer*in	
>	Der Ein- und Ausgang darf nur einzeln genutzt werden	
>	Falls Sportler zeitgleich ankommen, sind Markierungen bzgl. Abstand sicherzustellen	
>	die Halle der TuRa Otterstadt/Schulturnhalle ist nach Trainingsende sofort zu verlassen	

HYGIENE

>	die Duschen stehen nicht zur Verfügung; die Toiletten sind geöffnet und werden regelmäßig desinfiziert;	☑
>	Waschbecken sind mit Flüssigseife und Einmalhandtüchern ausgestattet	
>	zu Hause vor und direkt nach der Trainingseinheit mind. 30 Sek. mit Seife die Hände waschen	
>	Desinfektionsmittel für Hände wird vor Ort parat gehalten	☑
>	Kontaktflächen werden regelmäßig gereinigt	
>	Luftzirkulation ist durch Durchzug mit Türen und Fenstern gewährleistet	
>	Zu Hause umziehen und duschen	
>	das Training in definierten Kleingruppen sicherstellen	
>	Größe der Trainingsgruppe definiert durch Größe der Halle; mind. 10 qm/Sportler	
>	Aushänge bzgl. der Hygieneregeln (Abstand, Handhygiene etc.) werden in der Halle aufgehängt	

TRAININGSGESTALTUNG

>	alle Trainingsformen entsprechen den "10 Leitplanken des DOSB"	
>	keine körperlichen Berührungen und keine eigentlich sportartrelevante Körperkontakte	
>	z.B. Händedruck, Schulterklopfen, Abklatschen, Tanzhaltungen oder ähnliches	
>	bereits zu Hause befüllte Getränkeflasche mitbringen (personengebunden!)	
>	Distanzregeln einhalten	
>	mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Trainingsübungen und Erklärungen Abstand halten	

UMGANG MIT SPORTGERÄTEN BEIM TRAINING

>	allgemein genutzte Trainingsgeräte werden nach der Benutzung mit einem fettlösenden Haushaltsreiniger gereinigt oder mit einem viruziden Mittel desinfiziert	
---	--	--