

Wegweiser für Übungsleiter, Übungsleiterinnen, Trainer und Trainerinnen

Generell sind alle Sport- und Bewegungsangebote des Vereins bzgl. ihrer Durchführbarkeit im Sinne der Einhaltung der Regeln zum Infektionsschutz zu prüfen und zu bewerten.

Vor der Wiedereröffnung des Trainingsbetriebs sollte die individuelle Situation (Übungsleiter, Trainer, Trainingsmöglichkeit, Notwendigkeit der Wiederaufnahme, Teilnehmerzahlen usw.) begutachtet und bewertet werden.

Bevor ein Übungsleiter / Trainer mit seiner Gruppe, seiner Mannschaft in den Sportbetrieb wieder einsteigt, sollten folgende Fragen beantwortet werden:

- Gehören die Teilnehmer einer Risikogruppe an?
- Besteht bei der Ausübung der Sportart die Gefahr eines Körperkontakts?
- Bestehen die Übungseinheiten aus intensiven Ausdauerbelastungen, z.B. Jumping, HIT?
- Sind die Teilnehmer Kinder und Jugendliche unter 14 Jahren?

Wenn eine Frage mit ja beantwortet wurde, ist eine **Wiederaufnahme zum jetzigen Zeitpunkt nicht möglich**.

Wenn die folgenden Fragen mit ja beantwortet werden, dann **kann der Sport grundsätzlich beginnen**, jedoch nur nach Genehmigung durch den Vorstand sowie unter Einhaltung genau definierten Auflagen für Übungsleiter und Teilnehmer (siehe unten).

- Die maximale Teilnehmerzahl entsprechend der Definition für die jeweilig Sportstätte kann ich einhalten.
- Die Übungen werden stationär an einem Platz ausgeführt.
- Es sind keine Risikopersonen in der Gruppe / Mannschaft.
- Die unten aufgeführten Hygienemaßnahmen kann ich gut umsetzen.
- Es liegt im Ermessen vom Übungsleiter / Trainer ob er die Vorgaben und Maßnahmen für seine Gruppe erfüllen kann und die Trainingseinheit abhalten möchte. Ich möchte den Wiederbeginn und fühle mich wohl dabei.

Die Wiederaufnahme der einzelnen Trainingseinheiten ist vorab vom Vorstand zu genehmigen.

Die **Hygienebestimmungen** des Vereins, sowie alle **Vorgaben in diesem Wegweiser**, werden vom Übungsleiter der den Sportbetrieb in seinem Bereich wieder aufnehmen möchte, vollständig akzeptiert, befolgt und **schriftlich bestätigt**. Das Formular für die Bestätigung erhält der Übungsleiter mit der Anwesenheitsliste und ist an den Verein zurück zu senden.

Anwesenheitslisten für Trainingseinheiten und Sportkurse sind vorbereitet, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können. Diese werden den Übungsleitern vom Verein zur Verfügung gestellt und müssen verwendet werden, um sicherzustellen, dass in allen Fällen alle relevanten Daten erhoben werden. Die Listen sind für vier Wochen aufzubewahren und danach zu vernichten.

Sämtliche Hygienemaßnahmen und neuen Regelungen werden an alle Mitglieder, Teilnehmende, Übungsleiter/Trainer und Mitarbeiter kommuniziert:

- per E-Mail
- über die Website
- per Aushang an den Sportstätten

ALLGEMEINE HYGIENEMASSNAHMEN

Dem Trainer und Übungsleiter werden notwendige Materialien zur Einhaltung der Hygienevorschriften (z. B. Maßband/Zollstock, Desinfektionsmittel) zur Verfügung gestellt.

- Folgende Hygienemittel stehen zur Verfügung:
 - Flächendesinfektionsmittel (Sprühflaschen), Gebrauchsanweisung beachten!
 - Handdesinfektionsmittel mit Spendern (werden von der Stadt am Eingang aufgestellt)
 - Flüssigseife mit Spendern und Papierhandtüchern (Stadt stellt bereit, Toiletten)
 - Einmalhandschuhe (bei Unverträglichkeit des Desinfektionsmittel)
 - Mund-Nasenschutz-Maske besorgt jeder Trainer und Übungsleiter für sich selbst
- Der Übungsleiter / Trainer hat als vom Verein Beauftragter die Einhaltung der Maßnahmen laufend zu überprüfen, da er für die Einhaltung dieser verantwortlich ist.

NUTZUNG DER SPORTSTÄTTEN

Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben wie folgt berechnet:

Bei **Bewegungssport pro Person 40 qm** Fläche, bei **Beibehaltung des Standorts pro Pers. 10 qm**.

Stadthalle am Jakobsweg (1.250 qm)

30 Personen bei Platzbedarf von 40 qm / ein Drittel 10 Personen

121 Personen bei Platzbedarf von 10 qm / ein Drittel 40 Personen

Sechslindenhalle (590 qm)

15 Personen bei 40 qm Platzbedarf

59 Personen bei 10 qm Platzbedarf

Gymnastikraum 1 und 2 (je 145 qm)

4 Personen bei 40 qm Platzbedarf

15 Personen bei 10 qm Platzbedarf

Härle-Halle (401 qm)

10 Personen bei 40 qm pro Person

40 Personen bei 10 qm pro Person

Gymnastikraum (106 qm)

3 Personen bei 40 qm pro Person

11 Personen bei 10 qm pro Person

Sporthalle Schwäblishausen (132 qm)

3 Personen bei 40 qm pro Person

13 Personen bei 10 qm pro Person

- Aushänge informieren über die wichtigsten Verhaltens- und Hygieneregeln (richtig Hände waschen/ desinfizieren, Niesen/Husten, Abstand, Körperkontakt, Lüftung der Räume).
- Aushänge, wie viele Personen sich in den einzelnen Räumen/Flächen gleichzeitig aufhalten dürfen, sind gut sichtbar platziert (Richtwert: mindestens 10m² pro Person).
- In den Sanitäranlagen gibt es eine ausreichende Menge an Handdesinfektionsmitteln, Flüssigseife und Papierhandtüchern.
- Auch in den Sanitäranlagen muss ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten und ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden (ggf. nur einzeln betreten).
- Umkleiden/Duschen sind abgeschlossen und dürfen nicht benutzt werden.

TRAININGSBETRIEB

- Trainer und Übungsleiter und alle Teilnehmende kommen bereits in Sportbekleidung zur Sporeinheit. Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.
- Der Übungsleiter / Trainer muss dafür sorgen, dass beim Betreten der Sportstätte / Halle folgendes beachtet wird:

Der Zutritt zur Sportstätte erfolgt

- nacheinander,
 - ohne Warteschlangen,
 - mit entsprechender Mund-Nasenschutz-Maske (Tragen bis zum Beginn des Sports, bis zur Matte). Dieser kann während der Sporeinheit abgelegt werden.
 - unter Einhaltung des Mindestabstandes von 2 Metern.
- Handdesinfektionsmittel vor dem Betreten und Verlassen der Sportstätte benutzen (Übungsleiter und Teilnehmer).
 - Trainer und Übungsleiter führen **Teilnehmerlisten**, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.

Jeder **Teilnehmende muss folgende persönliche Voraussetzungen erfüllen** und dies auf der Teilnehmerliste per Unterschrift bestätigen:

- Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) sind bekannt und werden eingehalten.

- Jeder Teilnehmende bringt seine **eigenen Handtücher** zur Sporteinheit mit. Dieses muss die komplette Matte abdecken. Ohne Handtuch keine Teilnahme am Sport auf der Matte.
- Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte (z. B. Bälle) mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist vorerst nicht erlaubt.
- Während der gesamten Übungseinheit muss ein **Mindestabstand von 1,5 Metern** zwischen sämtlichen anwesenden Personen eingehalten werden.
- Ein **Training von Sport- und Spielsituationen**, in denen ein körperlicher Kontakt erforderlich (Hilfestellung am Gerät) oder möglich ist (Mannschaftsspiele), **ist untersagt**.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).
- Sämtliche **Körperkontakte müssen** vor, während und nach der Sporteinheit **unterbleiben**. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Partnerübungen, Wettkämpfe usw.
- Der Ballsport, oder Sportarten mit Körperkontakt, darf vorerst nur über ein Alternativ- oder Individualprogramm betrieben werden, bis eine entsprechende Freigabe erteilt wird.
- Die benutzten **Sport- und Trainingsgeräte müssen** nach jeder Benutzung **gereinigt oder desinfiziert** werden. Schwer zu desinfizierende Sportgeräte werden nicht genutzt.
- Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Trainingszeit.
- Zwischen den Sportgruppen ist eine **Pause von mindestens 15 Minuten einzuhalten**, um Hygienemaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Die Lüftungsmöglichkeiten in den Hallen müssen genutzt werden.

Turnverein Pfullendorf
30. Mai 2020