

Sportart: Männergymnastik

Trainingsort: Günther-Kreisel-Halle

Vorwort

Nachdem aufgrund der sinkenden Inzidenzwerte für den Landkreis DA-DI ab dem 28.05.2021 die Stufe 2 des von Bund und Ländern beschlossenen Stufenplanes in Kraft getreten ist und die Gemeinde Roßdorf die Öffnung ihrer öffentlichen Einrichtungen ab dem 01.06.2021 erlaubt, möchte der Bereich Breitensport, Sportart „Männergymnastik“, den Trainingsbetrieb wieder aufnehmen. Allerdings setzt das auch die Kenntnis der Regeln durch alle Übungsteilnehmer und deren Disziplin zu Einhaltung der Regeln voraus. Konkret setzt das Hygienekonzept auf die folgenden Maßnahmen:

Distanzregeln einhalten

In der Halle muss ein genereller Abstand von 2 Meter eingehalten werden. Während des Trainings wird ein Abstand von 2 bis 4 Meter empfohlen. Jeder bekommt einen Platz auf einer Bank (3 Personen pro Bank) zugewiesen. Dort können die Sportsachen abgelegt, sowie z.B. Trinkpausen mit Abstand gewährleistet werden. Die Bänke werden im Raum an der Wand verteilt stehen.

Körperkontakte müssen unterbleiben

Die Teilnehmer unterlassen übliche Kontakte wie Handschlag, Umarmung, Bodyshake und begrüßen sich weder mit Handschlag noch mit Umarmungen. Ebenso werden keine Partnerübungen im Training durchgeführt.

Hygieneregeln einhalten

Händewaschen vor und nach dem Training ist obligatorisch, während des Trainings werden Pausen zum Händewaschen eingerichtet. Das Aufsuchen der Waschräume / Toiletten findet nur durch die Genehmigung der Trainingsleitung und nur einzeln statt. Die Sportler bringen eigene Handtücher mit.

Teilnahme nur mit Negativnachweis

Die aktuell gültige Coronavirus-Schutzverordnung - CoSchuV - erlaubt das Betreten von Innenräumen der Sportstätten nur mit einem gültigen Negativnachweis*. Eine Teilnahme am Training in den Sporthallen ist daher nur für geimpfte, genesene oder getestete Personen möglich. Dies gilt sowohl für Trainer/innen als auch für alle Teilnehmer/innen ab 6 Jahren. Der/die Trainer/in ist verpflichtet, den Negativnachweis* zu kontrollieren und gemeinsam mit der Teilnehmerliste, die im Rahmen der Kontaktnachverfolgung geführt wird, festzuhalten. Daher verbleibt das Zertifikat des Testergebnisses bei dem Nachweispflichtigen und muss für mindestens vier Wochen aufbewahrt werden.

- Als geimpft gelten Personen, die ein gültiges Zertifikat über einen vollständigen Impfschutz vorlegen.
- Als genesen gelten Personen, die ein gültiges Zertifikat über eine Corona-Erkrankung, die mindestens 1 Monat aber nicht länger als 6 Monate zurückliegt, vorlegen.
- Als getestet gelten Personen, die ein gültiges Zertifikat über ein negatives Testergebnis (PCR- oder Antigen-Schnelltest) vorlegen. Im Fall eines PCR-Tests darf dieses nicht älter als 48 Stunden, im Fall eines Schnelltests nicht älter als 24 Stunden sein. Selbsttests sind nicht zulässig. Bei Kindern und Jugendlichen wird das sogenannte „Testheft“ aus der Schule anerkannt, weil dadurch der Nachweis der Teilnahme an einer regelmäßigen Testung im Rahmen eines verbindlichen Schutzkonzepts erbracht wird.

* Erläuterung zur Nachweispflicht: „Zur Nachweisführung ist ein Nachweis gemeinsam mit einem amtlichen Ausweispapier im Original vorzulegen.“

Gruppengröße

Die Gruppengröße inklusive des/der Trainer besteht aus maximal 10 Personen, wobei vollständig Geimpfte und Genesene, wie offiziell definiert, sowie Sportler, die 14 Jahre oder jünger sind, nicht zur Gruppenstärke hinzugerechnet werden. Der potenzielle Nachweis wird von den Teilnehmern gegenüber dem Trainer erbracht. Zur Trainingsteilnahme melden sich die Sportler im Vorfeld beim Trainer an. Die Trainingsgruppe belegt in der Großsporthalle ein Hallendrittel.

Umkleide-/Duschräume/Toiletten

Ob die Umkleide-/Duschräume genutzt werden dürfen, ist durch die Gemeinde geregelt. Ist die Nutzung erlaubt, ist ein Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten, in den Duschräumen ist der Aufenthalt von maximal 2 Personen gestattet. Der Zugang zu den Toiletten ist jederzeit gewährleistet, dort gibt es auch die Möglichkeit zum Händewaschen. Falls ein Umkleiden vor Ort nicht möglich sein sollte, kommen alle Trainingsteilnehmer in Sportkleidung zum Training.

Gerätebenutzung

Jeder Teilnehmer muss seine eigene Matte und ein Handtuch zum Drauflegen mitbringen. Außerdem einen Ball und ein Terraband. Damit entfällt das Desinfizieren der benutzten Geräte und Utensilien.

Trainingszeiten

Unsere Übungsstunde findet unter normalen Umständen von 19.00 bis 20.30 Uhr statt. Um hier Kontakt mit anderen Trainingsgruppen zu vermeiden, beginnen wir erst um 19.15 Uhr und beenden das Training bereits um 20.15 Uhr.

Markierungen

Der Zugang zu den Sportstätten ist durch die Gemeinde geregelt. Beschilderungen und Markierungen weisen die Ein- und Ausgänge sowie eventuelle Laufwege aus.

Fahrgemeinschaften vermeiden

Fahrgemeinschaften sollten vermieden werden, außer die Mitfahrer wohnen im selben Haushalt.

Angehörige von Risikogruppen besonders schützen / Krankheiten

Sportlerinnen und Sportler, die einer Risikogruppe angehören oder im Haushalt mit einem Angehörigen einer Risikogruppe zusammenleben, wird empfohlen, nicht am Training teilzunehmen. Im Falle einer Trainingsteilnahme geben Angehörige einer Risikogruppe dem Trainer einen entsprechenden Hinweis, damit dieser im Trainingsablauf besonders darauf achten kann. Wer sich nicht gesund fühlt, bleibt dem Training fern und teilt dies dem Trainer mit.

Risiken minimieren

Die Teilnahme am Training erfolgt freiwillig. Wer für sich ein besonderes Risiko sieht, spricht darüber mit dem Trainer.

Konkrete Umsetzung vor Ort:

Verteilung der Hygiene-Maßnahmen im Vorfeld

Alle Teilnehmenden erhalten vor dem ersten Training eine schriftliche Information mit den Hygiene-Maßnahmen und der Information zum Trainingsablauf. Dieser Zettel muss bei der ersten Trainingsteilnahme unterzeichnet mitgebracht werden. Ohne Abgabe deszettels ist keine Trainingsteilnahme möglich.

Belüftung / Durchlüftung

Die Türen bleiben während des Trainings geöffnet, um die Halle durchlüften zu können. Die Trennwände bleiben während des Trainings geschlossen, sind zum Trainingsbeginn und am Trainingsende hochgefahren.

Aufgaben der Trainer vor Trainingsbeginn

- Desinfizieren sämtlicher Türgriffe
- Aufschließen der Toilettenanlagen und Türen offen stehen lassen.
- Überprüfung, ob ausreichend Seife, Einweghandtücher und Desinfektionsmittel vorhanden sind und ggf. Nachfüllen.
- Desinfektion der Hallenmatten und ggf. der benutzten Kleingeräte

Aufgaben der Trainer zum Trainingsbeginn

Der Trainer lässt die Teilnehmer einzeln in die Sporthalle eintreten und nimmt die Namen auf (Anwesenheitsliste). Nimmt ein Sportler erstmalig am Training teil, so wird ihm der im Vorfeld an die anderen Teilnehmer verteilte Zettel mit der Zur-Kennntnisnahme der Hygieneregeln übergeben. Dann wird der Sportler zum Händewaschen geschickt.

Geräteraum und Aufbau der Geräte

Der Geräteraum wird ausschließlich von der Trainingsleitung betreten. Die vom Trainer aus dem Geräteraum entnommenen Geräte können durch die Teilnehmer am benötigten Ort auf- und abgebaut werden, sofern die Abstandsregeln eingehalten werden.

Wechsel / Desinfizieren der Geräte

Sollte ein Handgerät aus der Halle zum Einsatz kommen, wird das Gerät nach jeder Benutzung ebenso desinfiziert wie möglicherweise genutzte Hallenmatten. Ansonsten bringen die Sportler die eigene Matte und Handtuch sowie Sportgerät mit.

Trainingsende

Im Anschluss an das Training waschen alle Sportler einzeln ihre Hände in der Toilettenanlage. Die Teilnehmerinnen verlassen einzeln die Halle. Abschließend werden alle Türgriffe und ähnliches von der Trainerleitung desinfiziert.

Allgemeines (ergänzend)

Der Trainer führt für alle Gruppen an jedem Trainingstag eine Anwesenheitsliste. Die hier aufgestellten Regeln (wie z.B. Teilnehmerzahl) können von dem Übungsleiter im Sinne einer Risikominimierung zum Wohle aller Teilnehmenden verschärft werden, wenn es die Situation erfordert.

Unterschrift Abteilungsleiter und Corona-Beauftragter Turnen und Leichtathletik:



Jens Ennigkeit