

TuS Lendringsen 1894 e.V.

Abt. Turnen

Hygienekonzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes Fitnessgruppen

1.Einführung

Der Deutsche Turner-Bund (DTB) und seine Landesturnverbände unterstützen die Vereine, wieder schrittweise in den organisierten Sport einzusteigen. Bei den Erwachsenen männlichen und weiblichen Fitnessgruppen steht die körperliche Ertüchtigung im Vordergrund. Diese findet größtenteils Kontakt frei statt, aber auch teilweise mit Körperkontakt ohne den zurzeit geforderten Mindestabstand einzuhalten, dann aber immer mit dem gleichen Trainingspartner. Die nachfolgenden Maßnahmen stellen die Grundlage für einen Wiedereinstieg in das Hallentraining dar.

2.Organisatorische Maßnahmen

Fitness Seniorensport

1. Ein Negativ ist obligatorisch, um am Trainingsbetrieb teilzunehmen und wird von den Übungsleitern kontrolliert und schriftlich fixiert. Geimpfte und Genesene sind mit Negativgetesteten gleichgestellt und müssen dies beim Übungsleiter Nachweisen.
2. Bei den Senioren erfolgt die An- und Abreise zum Training in Straßen oder Sportbekleidung. Zum Umziehen werden die Umkleieräume genutzt. Die Kontaktflächen sind vor und nach der Nutzung zu reinigen. Der Zutritt zur Sporthalle hat unter Wahrung des Mindestabstandes von mindestens 1,5 m und mit Mund-Nasen- Schutz zu erfolgen.
3. Die Gruppengröße ist so anzupassen, dass der Mindestabstand von 1,5 m auch während des Trainingsbetriebes gewährleistet ist und die Ausübung des Sportes kontaktlos stattfinden kann. Die Zusammensetzung der Gruppe soll möglichst nicht wechseln.
4. Die nicht-kontaktfreie Ausübung des Sport-, Trainings- und Wettbewerbsbetriebs ohne Mindestabstand während der Sportausübung ist erst ab einem Inzidenzwert unter 35 möglich.
5. Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, vor jedem Training über seinen Gesundheitszustand Auskunft zu geben. Für die Rückverfolgbarkeit sind mit dem Einverständnis Name, Adresse und Telefonnummer sowie Zeitraum des Aufenthalts aller anwesenden Personen schriftlich zu erfassen und diese Daten für vier Wochen aufzubewahren. Der gesonderten Erfassung von Adresse und Telefonnummer bedarf es nicht, wenn diese Daten bereits erfasst wurden.
6. Das Betreten der Halle ist erst mit / nach Beginn der Nutzungszeit gestattet und die Halle ist vor Ablauf der Nutzungszeit bereits zu verlassen sein. Die Kontaktflächen sind ebenfalls vor Ablauf der Nutzungszeit zu reinigen. Ein Begegnungsverkehr unterschiedlicher Nutzergruppen sollte möglichst vermieden werden.
7. Bei einer zeitgleichen Nutzung der Sportstätte durch unterschiedliche Vereine ist diese durch getrennte Zugänge zu betreten/verlassen, sodass die Vereine sich möglichst zu

keinem Zeitpunkt begegnen. Sollte dies nicht möglich sein, bedarf es einer Einzelfallregelung mit dem Team Schule und Sport.

8. Die nicht belederte Schulsportgeräte dürfen von den Vereinen genutzt werden, sind aber nach Nutzung zu Reinigen. Vereinseigene Geräte sind nach Benutzung zu reinigen. Die Teilnehmer sind angehalten, möglichst eigene Turnmatten usw. mitzubringen.
9. Die Kontaktflächen wie z.B. Türklinken, Lichtschalter oder Handläufe sind nach Benutzung zu reinigen. Die Toiletten sind nach Benutzung zu reinigen und zu desinfizieren.
10. Die vereinseigenen Gymnastikmatten sind nach jedem Training zu desinfizieren und zu reinigen
11. Abstandsmarkierungen mit Klebestreifen o. ä. auf dem Hallenboden sind nicht erlaubt. Hier müssen andere geeignete Mittel, wie z. B. Hütchen, gewählt werden.
12. Vor dem ersten Training ist ein Risiko- Fragebogen durch die Teilnehmer auszufüllen. Diese Fragebögen müssen aufbewahrt werden.
13. Zu jedem Training ist eine Teilnehmerliste zu führen um bei Bedarf die Infektionskette verfolgen zu können. Die Teilnehmerlisten müssen mind. 4 Wochen archiviert werden.

3. Trainingsinhalte

Fitnessübungen

Koordinationsübungen

Übungen zur allgemeinen körperlichen Fitness.

4. Meldepflicht und Sofortmaßnahmen bei einem Infektionsverdacht

Ist im Verein ein Verdacht auf COVID- 19 Infektion festgestellt, so müssen folgende Maßnahmen durch den Verein eingeleitet werden.

- . Die Verdachtsperson erhält sofort einen Mund- und Nasenschutz.
- . Die Verdachtsperson wird sofort in einen Raum oder im Freien isoliert.
- . Sie wird durch eine Zuständige Person betreut (Trainer)
- . Die Infektionsquellen müssen sichergestellt werden.

Der Verein ist nach dem Infektionsschutzgesetz dazu verpflichtet, den Verdacht unverzüglich dem Gesundheitsamt zu melden.

5. Schlussbestimmung

Der Verein muss dafür sorgen dass alle Hygienemaßnahmen umgesetzt werden. Bei Verstößen durch den Sportler muss die Teilnahme am Training bis auf weiteres untersagt werden. Wir gehen davon aus das sowohl Trainer als auch Sportler alles dafür tun um den Vereinsbetrieb wieder aufnehmen zu können.

Menden den 03.08.2020

1. Vorsitzende TuS Lendringsen

Abt. Turnen M. Meier

Teilnehmerliste

Sporthalle:
Trainingstag:
Uhrzeit von:
Uhrzeit bis:
Verantwortlicher Trainer:

Lfd Nr.	Name	Vorname	Anwesenheit	Geimpft, Getestet, Genesen
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				