

# HYGIENEKONZEPT

## TURNVEREIN FREIBURG - HERDERN E.V.

### A: ALLGEMEINES

Sehr geehrte Mitglieder,

nach einigen Wochen Corona bedingter Pause kann das Training nun langsam wieder losgehen. Jedoch haben wir einige Auflagen vom Land Baden-Württemberg und der Stadt Freiburg, die wir berücksichtigen müssen, damit sich das Virus nicht wieder stärker ausbreitet. Wenn wir jetzt wieder starten, tun wir das immer noch mit der Gefahr, dass sich Menschen in den Trainingseinheiten anstecken können. Damit das Risiko möglichst gering ist, haben wir ein Konzept für die uns zur Verfügung stehenden Sportstätten (Weiherhofschule obere Halle, Droste neue Halle, Droste Gymnastikhalle und Karlschule) erarbeitet, mit dem wir das sicherstellen wollen. Für uns alle ist es nun wichtig, dass sich alle Teilnehmer\*innen auch an diese Spielregeln halten, weshalb wir Euch mit diesem Informationsschreiben über die Regeln informieren wollen.

### B: HYGIENEKONZEPT

Damit sich alle Teilnehmer\*innen an die Regelungen halten, ist es wichtig, dass Ihr euch diese vorab zu Hause durchlest. Sollten sich im konkreten Trainingsbetrieb Teilnehmer\*innen nicht an die Regeln halten, sind die Trainer\*innen angehalten die Sportler\*innen daran zu erinnern. Bei wiederholten Verstößen gegen die Regeln müssen die Teilnehmer\*innen vom Training ausgeschlossen werden.

Folgende Regeln wurden für den Trainingsbetrieb fixiert:

1. Regelmäßige Desinfektion/Waschen der Hände und ggf. Füße durch die Teilnehmer\*innen
  - beim Zutritt der Sporthalle (d.h. vor Beginn der Trainingsstunde)
  - nach dem Toilettengang
  - ggf. in der Pause
  - bei Barfußtraining sind auch die Füße zu desinfizieren.
2. Regelmäßige Desinfektion (vor/nach jeder Trainingsgruppe)
  - Benutzte Sportgeräte (Ball, Kleingeräte etc. – aber nicht Leder oder Stoff!)
  - Türgriffe, Handläufe, etc.
  - **Hinweis:** Seife und Desinfektionsmittel sollte vom\* von den Übungsleiter\*innen bestenfalls eigenständig gekauft werden, um sicherzustellen, dass jede Gruppe ausreichend Material zur Verfügung hat. Die entstehenden Kosten können mit dem Original-Beleg über den Verein abgerechnet werden.
3. Toiletten
  - Toiletten sind während der Nutzungszeiten der Anlage geöffnet. Sie werden regelmäßig gereinigt und desinfiziert.
  - Die Teilnehmer\*innen sind verpflichtet, die Toiletten vor und nach der Benutzung zu desinfizieren.
  - Es ist von den Teilnehmern\*innen sicherzustellen, dass sich während der Toilettenbenutzung nur eine Person pro Toilettenraum aufhält.
4. Umkleiden und Duschräume
  - Die Duschen in einigen Sporthallen können unter Einhaltung der Abstandsregelungen wieder benutzt werden. Der Verein informiert gesondert, in welche Schulen eine Freigabe der Duschen vorliegt.
  - Die Trainierenden sind aufgefordert, bereits in Sportkleidung zum Sportgelände zu kommen.

# HYGIENEKONZEPT

## TURNVEREIN FREIBURG - HERDERN E.V.

### 5. Laufwege

- Zum Betreten und Verlassen des Sportgeländes sollen wenn möglich verschiedene Ein- und Ausgänge benutzt werden.
- Das Öffnen der Türen und Fenster sollte wenn möglich ausschließlich durch den\*die Übungsleiter\*in erfolgen.
- Ein- und Ausgänge sind/werden durch Pfeile und Schilder gekennzeichnet.
- Die Teilnehmer\*innen haben erst dann die Erlaubnis die Sportstätte zu betreten, wenn eine Freigabe durch den\*die Trainer\*in erfolgt. Sollte die Sporthalle noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.

### 6. Gruppenwechsel - die verschiedenen Trainingsgruppen sollten sich nicht begegnen:

- Bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.
- Auf zügiges Verlassen der Sporthalle/des Trainingsgeländes wird hingewiesen.
- Die folgende Trainingsgruppe darf die Sporthalle erst betreten, wenn die vorhergehende Trainingsgruppe die Sporthalle vollständig verlassen hat.
- Gemeinsames Treffen und Austausch sowie Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder Nachgang des Trainings auf dem Sportgelände sind untersagt. Im öffentlichen Raum gelten die behördlichen Auflagen.
- Auf ein stetiges Lüften nach Trainingsende und während des Trainings ist zu achten.
- **Wichtig:** Jede Trainingsgruppe verlässt die Sporthalle 5 Minuten vor dem offiziellen Trainingsende. Die nachfolgende Gruppe betritt die Halle 5 Minuten nach offiziellem Trainingsbeginn.

### 7. Abstand halten

- Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,5 m) ist von allen Teilnehmer\*innen immer einzuhalten, sowohl beim Betreten als auch Verlassen des Sportgeländes.
- In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten.
- Die Ablage des Equipments inkl. Trinkflaschen erfolgt in einer pro Teilnehmer\*in ausgewiesenen „Zone“.
- Händeschütteln oder Umarmungen zu Beginn oder am Ende der Trainingsstunde sollte möglichst vermieden werden.

### 8. Eigenes Equipment der Sporttreibenden

- Das Mitbringen eines großen Handtuchs zur Unterlage ist bei Fitness-Kursen verpflichtend.
- Trinkflaschen sind von den Teilnehmern\*innen selbst mitzubringen.
- In Absprache mit dem\*der Trainer\*in sollen für das Training benötigte Spiel- und Handgeräte bzw. Trainingsmaterialien (z.B. Bälle, Yoga-Matten, etc.) wenn möglich mitgebracht werden.

## C: TRAININGSGRUPPENKONZEPT

### 2. Größe

- Die Gruppengröße kann bis zu 20 Personen inkl. Übungsleiter\*in/Helfer\*in betragen.
- **Hinweis:** Es bestehen teilweise Besonderheiten, wie z.B. beim Eltern-Kind Turnen. Hier wird Vater/Mutter und Kind als eine Person gezählt. D.h., neben dem\*der Übungsleiter\*in können beim Eltern-Kind Turnen noch bis zu 19 Paare teilnehmen.

# HYGIENEKONZEPT

## TURNVEREIN FREIBURG - HERDERN E.V.

- Es sollten unbedingt feste Gruppen gebildet werden. Bei einer großen Teilnehmerzahl wird die Teilung einer Gruppe empfohlen und bspw. abwechselnd zu trainieren (14-tägig). Selbstverständlich muss die Maximalanzahl von 20 Personen nicht ausgereizt werden!

### 3. Trainingsinhalte

- Die Trainingsinhalte, die unter den gegebenen Umständen und Raumvorgaben trainiert werden dürfen, sind in den Empfehlungen der jeweiligen Sportfachverbände festgelegt. Die Trainer\*innen müssen sich an diesen Empfehlungen orientieren. Dabei steht die Gesundheit der Teilnehmer\*innen immer im Vordergrund.
- Während des gesamten Trainings- und Übungsbetriebs soll ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen eingehalten werden. Davon ausgenommen sind für das Training oder die Übungseinheit übliche Trainings- und Übungssituationen.
- Eine Hilfestellung ist ausdrücklich wieder erlaubt, trotzdem sollten soweit als möglich immer die Abstandsregeln eingehalten werden.
- Pro Gerät ist nur eine Person erlaubt.

### 4. Personenkreis

- Es dürfen ausschließlich die Übungsleiter\*innen/Trainer\*innen sowie die Teilnehmer\*innen anwesend sein (keine Eltern, keine Zuschauer\*innen), d.h. während des Trainings dürfen keine Eltern/Zuschauer\*innen in der Halle sein! Diese sollten Ihre Kinder auch erst "draußen" in Empfang nehmen.
- Die Teilnahme von Risikogruppen (gemäß Definition des Robert Koch-Institutes) am Sportbetrieb sollte mit Sorgfalt abgewogen werden (betrifft Übungsleiter\*innen und Teilnehmer\*innen).
- Es sind grundsätzlich alle Personen besonders zu schützen.

### 5. Erfassungsbögen und Anwesenheitsliste

- Vor Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs und bei erstmaliger Teilnahme eines\*einer Teilnehmer\*in muss der Erfassungsbogen einmalig ausgefüllt und bei dem\*der jeweiligen Übungsleiter\*in eingereicht werden (auch bei Kindern/Minderjährigen). Im Anschluss ist es ausreichend eine Anwesenheitsliste je Trainingsstunde zu führen.
- In jeder Trainingsstunde ist eine Anwesenheitsliste (Angaben: Datum, Ort sowie Übungsleiter, TN-Name, Anschrift, Mailadresse, Telefon) durch den\*die Übungsleiter\*in zu führen, damit bei einer möglichen Infektion eines Sporttreibenden oder eines\*r Übungsleiter\*in die Infektionskette zurückverfolgt werden kann. Beim Auftreten eines positiven Falls werden die Daten an das Gesundheitsamt weitergegeben!
- **Hinweis:** Diese Anwesenheitslisten müssen zwingend geführt werden und auf Aufforderung sofort zur Verfügung gestellt werden können!

### 6. Gesundheitsprüfung

- Nur gesunde und symptomfreie Sporttreibende nehmen am Training teil. Andernfalls ist eine Teilnahme nicht möglich.
- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen (gerechnet ab dem Tag der Erkrankung) und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen. Der\*die Übungsleiter\*in hat dies vor jedem Training abzufragen.

# HYGIENEKONZEPT

## TURNVEREIN FREIBURG - HERDERN E.V.

### 7. Fahrgemeinschaften

- Fahrgemeinschaften sollten vorerst ausgesetzt werden, um auch hier das Risiko einer Infektion zu minimieren.

### 8. Erste-Hilfe

- Bei gesundheitlichen Notfällen ist Erste-Hilfe zu leisten.
- Informationen zu Erste-Hilfe in Corona-Zeiten finden sich z. B. auf der Internetseite des ADAC (<https://www.adac.de/verkehr/erste-hilfe-corona/>).

Solltet Ihr Fragen haben, wendet Euch bitte zunächst an Eure\*n Trainer\*in oder den\*die direkten Ansprechpartner\*innen in der Abteilung/im Verein. Auf diesem Wege sagen wir Euch allen schon jetzt Danke dafür, dass Ihr diese nicht alltägliche Situation so annehmt. Wollen wir hoffen, dass sich die Situation in den nächsten Wochen weiter entspannt, dabei unsere Teilnehmer\*innen, Sportler\*innen und Mitglieder gesundheitlich geschützt bleiben, Ihr aber auch das lang ersehnte gute Gefühl beim und nach dem Sporttreiben wieder spürt. Denn auch das ist ein wichtiger Baustein, gesund zu bleiben.

Mit der Teilnahme am Sportangebot seid Ihr einverstanden, dass der Turnverein Freiburg-Herdern e.V. Eure Daten speichert und im Falle einer Corona-Infektion in der Gruppe an das Gesundheitsamt weitergeben darf.

Freiburg, 12.10.2020

---

Unterschrift für den Vorstand, Mathias Plötze, 1. Vorsitzender