



Training unter COVID-19 Bedingungen

Abstands- und Hygiene-Konzept für das Training (Stand 20.08.2021)

Wer kann am (nicht) Training teilnehmen?

- Um an unserem Sportangebot in der Halle teilnehmen zu können, müssen Sie die 3G-Regel umsetzen. Näheres zum Thema im Punkt „Nachweise“. Auch Begleitpersonen des Mutter-Vater-Kind Turnens müssen den Nachweis erbringen.
- Wer sich aktuell in Quarantäne befindet, mit dem Corona Virus infiziert ist oder Krankheitssymptome, wie zum Beispiel Fieber oder Husten hat, darf am Training **nicht** teilnehmen.
- Es sollten nur Personen teilnehmen, die nicht zu einer Corona Risikogruppe gehören. Es gehört zur Eigenverantwortung der Teilnehmer und den Erziehungsberechtigten, dies zu beachten (aus Datenschutzgründen möchten wir nicht erfassen wer zu einer dieser Gruppen gehört).
- Es wird eine Liste geführt, wer an welchem Trainingstag am Training teilgenommen hat. Wenn Sie an unserem Training teilnehmen möchten, dann müssen Sie damit einverstanden sein, dass wir Ihre Daten erheben.

Nachweise

- **Genesen?**
Sollten Sie genesen sein, dann müssen Sie den Nachweis beim Trainer/in erbringen. Dieser notiert sich das Datum der Erkrankung. Nach einem halben Jahr der Ansteckung müssen Sie einen weiteren/anderen Nachweis vorzeigen. Sie müssen diese Bescheinigung jederzeit bei Training nachweisen können.
- **Geimpft?**

Verein für Bewegungsspiele 1908 Lünen e. V. Fachschaft Turnen



Wenn Sie geimpft sind, dann muss der Nachweis einmalig zu Beginn des erstmaligen Trainings vorgezeigt werden. Sie sind jedoch in der Pflicht, bei jedem Training einen Nachweis darüber zu Erbringen (z.B. durch Zeigen der Corona-App oder Impfausweis)

- **Getestet?**

Wenn Sie nicht genesen oder geimpft sind, dann muss ein Nachweis über eine Testung stattfinden. Es zählt **kein Schnelltest, der zuhause gemacht wurde**. Der Test darf nicht älter als 48 Stunden sein.

Zudem gelten alle Schülerinnen und Schüler als getestet, da sie an regelmäßigen Testungen an der Schule teilnehmen müssen. Darüber muss von der Schule ein Nachweis ausgestellt werden. Schülerinnen oder Schüler ab 14. Jahren können als Nachweis der Identität ihren Schülerschein vorlegen.

- Sie sind dazu verpflichtet sicherzustellen, dass wir zu jederzeit ihr Aktuellen Kontaktdaten haben.
- Der Nachweis muss jederzeit erbracht werden, falls das Gesundheitsamt der Verein kontrolliert. Dazu müssen Sie sich auch ausweisen können.

Maskenpflicht

- die Maskenpflicht gilt weiterhin in Innenräumen
- die Maske darf für die sportliche Betätigung abgenommen werden, sollte dies notwendig sein.
- Es ist mindestens eine medizinische Maske zu tragen. Kinder bis 13 Jahren können eine Alltagsmaske tragen, sollte eine medizinische oder FFP2 Maske nicht passen. Kinder, die noch nicht schulpflichtig sind, sowie Personen mit einem ärztlichen Attest, sind von der Maskenpflicht ausgenommen. Personen, die die Verpflichtung zum Tragen einer Maske nicht beachten sind von der Teilnahme auszuschließen. Bitte sorgen Sie auch dafür, dass die Maske korrekt über Munde UND Nase getragen wird.
- Kinder im Kindergartenalter sind von der Maskenpflicht befreit
- Die AHA-Regeln (Abstand-Hygiene-Maske) sind in allen Lebensbereichen weiter zu beachten und umzusetzen.

Vorgang bei einer Infizierung

- Alle Trainingsteilnehmer verpflichten sich, im Falle einer Covid-19 Erkrankung dies unverzüglich und vertraulich der Hygienebeauftragten Frau Corinna Gehrwin (1.Vorsitzende) mitzuteilen.

Verein für Bewegungsspiele 1908 Lünen e. V. Fachschaft Turnen



Kontaktdaten: Name: Corinna Gehrwin
 Telefonnummer: 02306/7649113
 E-Mail: corinna.gehrwin@gmail.com

- Die Hygienebeauftragte informiert im Falle dessen alle betroffenen Trainingsteilnehmer (ohne Nennung des Namens).
- Die Liste der Trainingsteilnehmer wird, wenn erforderlich den Gesundheitsämtern oder anderen Behörden zwecks Rückverfolgung zur Verfügung gestellt.
- Liegt eine Covid-19 Erkrankung vor, müssen alle Betroffenen in Quarantäne.
- Jeder Teilnehmer muss über die besonderen Regeln gründlich informiert worden sein.

Der Weg in die Halle

- Das Betreten der Halle erfolgt einzeln und mit dem Mindestabstand von 1,5m.
- Personen aus einem Haushalt dürfen gemeinsam die Halle betreten.
- Auch das Tragen einer Maske ist vorgeschrieben. Diese wird bis zum Trainingsbeginn getragen.
- Damit sich verschiedene Trainingsgruppen nicht Treffen gibt es einen Ausgang und einen Eingang. Die Trainingszeiten werden so verändert, dass sich die Trainingsgruppen nicht Treffen können.
Der Eingang findet über Umkleide 1 statt.
- Alle Teilnehmer kommen umgezogen zum Training (Ausnahme sind Schuhe und Jacke).
- Die Umkleiden werden nicht benutzt.
- Jeder Teilnehmer desinfiziert sich seine Hände gründlich vor jedem Training.
- Die Türen der Halle sind durchgängig geöffnet, um für eine ausreichende Belüftung der Halle zu Sorgen.

Vorbereitung des Trainings

Erwachsene:

- Der Trainer/in und alle Teilnehmer desinfizieren sich die Hände gründlich.
- Das Trainingsmaterial wird vom Trainer/in vorbereitet, dabei wird der Abstand von 1,5 m eingehalten, d.h. jeder Teilnehmer hat nach links und rechts ausreichend Abstand zum Nächsten.
- Außerdem werden dabei Handschuhe und Maske getragen

Verein für Bewegungsspiele 1908 Lünen e. V. Fachschaft Turnen



- Zum Trainingsmaterial gehören (Bälle, Terrabänder und Matten).
- Es ist ein Duschtuch zur Unterlage mitzubringen.

Kinder:

- Trainer/in, Übungsleiterassistent/innen und evtl. ein kleines Team bereitet das Training vor und baut die Geräte auf, dabei werden Handschuhe und Maske getragen und vorher die Hände desinfiziert.

Trainieren am Gerät

Erwachsene:

- Jeder Teilnehmer benutzt während des gesamten Trainings die Materialien, die an seinem Platz liegen.
- Nach dem Training werden die benutzten Materialien gründlich desinfiziert.
- Die Halle wird einzeln verlassen

Kinder:

- pro Trainingseinheit trainiert jeweils eine Kleingruppe zusammen
- die Kleingruppe bleibt unter sich und wird nicht mit anderen Gruppen gemischt
- Die Teilnehmer machen sich am Gerät in ihrer Kleingruppe warm.
- Beim Warten bis jemand an der Reihe ist wird der Mindestabstand von 1,5m eingehalten. Kann dieser nicht eingehalten werden, ist das Tragen einer Maske Pflicht.
- Nach dem Training baut die gleiche Gruppe die Geräte wieder ab, dabei werden Handschuhe und Maske getragen.

Verlassen der Halle

- Die Halle wird einzeln von den Teilnehmern verlassen.
- Nach jedem Training gibt es eine Durchlüftungspause von mind. 10 Minuten.
- Es darf erst die neue Trainingsgruppe die Halle betreten, wenn alle anderen der vorherigen Gruppe die Halle verlassen haben.
- Die Halle wird durch die Umkleidekabine verlassen.
- Es gilt weiterhin die Einhaltung des Mindestabstandes.

Verein für Bewegungsspiele 1908 Lünen e. V.
Fachschaft Turnen



- Das Tragen eines Mundschutzes während des Verlassens der Halle ist Pflicht.