

## Übungsleiterleitfaden zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs beim Turnverein Eisenharz 1912 e.V. ab dem 15.06.2020

### A: ALLGEMEINES

Liebe Übungsleiter/innen,

nach der Corona bedingter Pause kann das Training nun langsam wieder losgehen. Dies kann jedoch nur unter den bestehenden aktuellen Auflagen des Landes und der Gemeinde erfolgen, damit sich das Virus nicht weiter 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 verschiedenen Sportstätten (*Turnhalle, Sportplatz und Dorfgemeinschaftshaus*) erarbeitet, mit dem wir das sicherstellen wollen. Neben den Raumkonzepten gibt es auch entsprechende Abstands- und Hygieneregeln sowie Rahmenbedingungen für das Training. Für uns alle ist es nun wichtig, dass sich alle Teilnehmer/innen auch an diese Spielregeln halten, weshalb wir euch dabei mit diesem Leitfaden unterstützen wollen. Denn ihr seid diejenigen, die mit den Teilnehmer/innen in Kontakt stehen und die alles rund um das Training organisieren.

### B: ORGANISATIONS- UND KOMMUNIKATIONSKONZEPT

#### RAUMKONZEPT

- **Die Nutzung der einzelnen Sportstätten und Trainingszeiten wird zentral über den Vorstand mit den Fachwarten koordiniert und festgelegt.**
- **Ein Tausch der Trainingszeiten oder Sportstätten ist nur mit Zustimmung des Vorstandes zulässig.**
- **Die Nutzung der Sportstätten außerhalb der definierten Trainingszeiten ist nicht zulässig.**

Sportstätten:

- Turnhalle aktuell noch geschlossen, Raumkonzept folgt nach Öffnung
- Sportplatz s. Verordnung des Landes bzw. Gemeinde
- Dorfgemeinschaftshaus (Sonnensaal) s. Anlage 3
  - Sport nur mit Beibehaltung des individuellen Standorts
  - Max. 15 Teilnehmer/innen plus Übungsleiter/in auf der Bühne

### C: HYGIENEKONZEPT

Damit sich alle Teilnehmer/innen an die Regelungen halten, ist es wichtig, dass ihr sie bei der ersten Trainingsstunde darauf hinweist. Auch jede Person, die im Laufe der nächsten Wochen zum Training dazustößt, muss über die Regeln informiert werden. Um das zu erleichtern, erhalten die Teilnehmer/innen ein allgemeines Informationsblatt, mit dem sie über die Verhaltensregeln grundsätzlich informiert werden. Sollten sich im konkreten Trainingsbetrieb Teilnehmer/innen nicht an die Regeln halten, solltet ihr sie unbedingt daran erinnern. Bei wiederholtem Verstoß ist der/die Teilnehmer/in vom Trainingsbetrieb auszuschließen.

Folgende Regeln wurden für den Trainingsbetrieb fixiert:

- I. Regelmäßige Desinfektion der Hände und ggf. Füße durch die Teilnehmer/innen
  - Beim Zutritt auf das Sportgelände

## Übungsleiterleitfaden zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs beim Turnverein Eisenharz 1912 e.V. ab dem 15.06.2020

- nach dem Toilettengang
  - ggf. in der Pause
  - bei Barfußtraining sind auch die Füße zu desinfizieren.
2. Regelmäßige Desinfektion (nach jeder Trainingsgruppe)
- Sportgeräte (Ball, Kleingeräte, Matten etc.)
  - Ablageflächen
  - Türgriffe, Handläufe, etc.
3. Toiletten
- Toiletten sind während der Nutzungszeiten der Anlage geöffnet. Sie werden regelmäßig gereinigt und gelüftet.
  - Es ist von den Teilnehmern/innen sicherzustellen, dass sich während der Toilettenbenutzung nur eine Person pro Toilettenraum aufhält.
4. Umkleiden und Duschräume
- Bis der normale Trainingsbetrieb wiederhergestellt ist, bleiben Umkleiden und Duschräume geschlossen.
  - Die Trainierenden sind aufgefordert, bereits in Sportkleidung zum Sportgelände zu kommen.
5. Laufwege
- Zum Betreten und Verlassen des Sportgeländes sind verschiedene Ein- und Ausgänge zu benutzen (vgl. jeweiliges Raumkonzept) und es Mundschutz getragen werden.
  - Ein- und Ausgänge sind durch Pfeile oder Schilder gekennzeichnet.
  - Die Teilnehmer/innen haben erst dann die Erlaubnis die Sportsstätte zu betreten, wenn ihr es freigibt. Sollte das Sportgelände noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.
6. Gruppenwechsel
- Die verschiedenen Gruppen dürfen sich nicht begegnen.
  - ausreichend Zeit zwischen den Trainingsgruppen einplanen. (mind. 15 - 30 Min.)
  - bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.
  - die Aufsichtspflicht von Minderjährigen muss dabei jederzeit gewährleistet bleiben.
  - auf zügiges Verlassen des Trainingsgeländes hinweisen.
  - die folgende Trainingsgruppe darf das Sportgelände erst betreten, wenn die vorhergehende Trainingsgruppe das Gelände 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.
  - Die Zeit des Gruppenwechsels sollte ggf. zum Desinfizieren der Geräte genutzt werden.
  - Benutzte Matten vom DGH müssen gereinigt und neben dem Mattenwagen abgelegt werden.
  - Eine ausreichende Lüftung der Sportstätte ist während des Gruppenwechsels zwingend erforderlich.

## Übungsleiterleitfaden zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs beim Turnverein Eisenharz 1912 e.V. ab dem 15.06.2020

### 7. Abstand halten

- Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,5 m) ist von allen Teilnehmern/innen immer einzuhalten, sowohl beim Betreten als auch Verlassen des Sportgeländes.
- Zur Orientierung für den richtigen Abstand sind die Sportstätten mit entsprechenden Markierungen versehen.
- In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten.
- Die Ablage des Equipments inkl. Trinkflaschen erfolgt in der pro Teilnehmer/in ausgewiesenen „Trainingszone“ (vgl. Raumkonzept)

### 8. Eigenes Equipment der Sporttreibenden

- Das Mitbringen eines großen Handtuchs oder eigenen Matte ist verpflichtend.
- Trinkflaschen sind von den Teilnehmern/innen selbst mitzubringen.
- In Absprache mit dem/der Übungsleiter/in können für das Training benötigte Spiel- und Handgeräte bzw. Trainingsmaterialien (z.B. Bälle, Yoga-Matten, etc.) mitgebracht werden.

## D: TRAININGSGRUPPENKONZEPT

### Größe

- Trainings- und Übungseinheiten mit Raumwegen dürfen ausschließlich individuell oder in Gruppen von maximal zehn Personen erfolgen. Dabei muss die Trainings- und Übungsfläche so bemessen sein, dass pro Person mindestens 40 qm zur Verfügung stehen.
- Trainings- und Übungseinheiten mit einer Beibehaltung des individuellen Standorts, insbesondere Training an festen Geräten und Übungen auf persönlichen Matten, sind so zu gestalten, dass eine Fläche von mindestens 10 qm pro Person zur Verfügung steht.

### I. Trainingsinhalte

- Die Trainingsinhalte, die unter den gegebenen Umständen und Raumvorgaben trainiert werden dürfen, sind in den Empfehlungen der jeweiligen Sportfachverbände festgelegt. Die Übungsleiter/innen müssen sich an diesen Empfehlungen orientieren. Dabei steht die Gesundheit des Teilnehmers immer im Vordergrund.
- Ein Training von Sport- und Spielsituationen, in denen ein direkter körperlicher Kontakt erforderlich oder möglich ist, ist untersagt.
- Während des Trainings in geschlossenen Räumen hochintensive Ausdauerbelastungen untersagt.

### 2. Personenkreis

- Es dürfen ausschließlich die Übungsleiter/innen sowie die Teilnehmenden anwesend sein (keine Eltern, keine Zuschauenden),
- Die Teilnahme von Risikogruppen (gemäß Definition des Robert Koch-Institutes) am Sportbetrieb sollte mit Sorgfalt abgewogen werden (betrifft Übungsleiter\*innen und Teilnehmende).

## Übungsleiterleitfaden zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs beim Turnverein Eisenharz 1912 e.V. ab dem 15.06.2020

- Es sind grundsätzlich alle Personen besonders zu schützen.
3. Anwesenheitsliste
    - In jeder Trainingsstunde ist eine Anwesenheitsliste (Angaben: Datum, Ort sowie ÜL/TN-Name, Anschrift oder 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!
    - Die Anwesenheitslisten werden vom Übungsleiter/in 30 Tage lang (nach Ende des Kurses) aufbewahrt und danach vernichtet.
  4. 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. Ihr habt dies vor jedem Training abzufragen.
  5. Fahrgemeinschaften
    - Fahrgemeinschaften sollten vorerst ausgesetzt werden, um auch hier das Risiko einer Infektion zu minimieren.
  6. Erste-Hilfe
    - Der Erste-Hilfe-Koffer ist im
      - DGH in der Küche oberhalb Mülleimer
      - am Sportplatz im Gerätehaus Regieraum
      - in der Turnhalle im Regieraum deponiert.
    - Bei gesundheitlichen Notfällen ist Erste-Hilfe zu leisten unabhängig von den bestehenden Abstandsregelungen.

Solltet Ihr Fragen haben, wendet euch bitte zunächst an eure jeweiligen Fachwarte. Hoffen wir, dass sich die Situation in den nächsten Wochen weiter entspannt, dabei unsere Sportler und Mitglieder gesundheitlich geschützt bleiben, ihr ihnen aber auch das lang ersehnte gute Gefühl beim und nach dem Sporttreiben wiedergeben könnt. Denn auch das ist ein wichtiger Baustein, gesund zu bleiben.

Eisenharz, 10.06.2020

Der Vorstand