



TV Langendreer 1882

www.tv-langendreer.de



Hygiene- und Sicherheitsregeln für das Sportangebot im Freien

Zur besseren Lesbarkeit wird für die Personenbezeichnung grammatikalisch ausschließlich die männliche Form verwendet.

Einhaltung der Distanzregeln im Freien:

Ein Abstand von mindestens 1,5 Metern (je nach Intensität des Trainings) wird durch zugewiesenen Plätze vorgegeben. Die vorgegebenen Abstandsregeln müssen eingehalten werden. Die Steuerung des Zutritts zur Örtlichkeit wird unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen. Bei Gruppenwechsel werden mindestens 15 Minuten Zeit eingeplant. Sport und Bewegung werden kontaktfrei durchgeführt. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Auf nicht kontaktfreie Begrüßungsrituale ist grundsätzlich zu verzichten.

Trainingsformen:

Die geplanten Bewegungsangebote sind dem Fitness- und Gesundheitssport wie Rückenfit, Bauch-Beine-Po, Yoga und Pilates, Funktional Training, Krafttraining o. Geräte, evtl. Ausdauertraining wie Walking, Nordic Walking, HIIT- Training, Entspannungsübungen zuzuordnen.

Gesundheitsprüfung Teilnehmer und Übungsleiter:

Es werden für jede Trainingsstunde Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten geführt (Angaben: Datum, Zeitraum, Ort, ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon, E-Mailadresse). Die Positionen während der Sportstunde werden zusätzlich dokumentiert. Der Teilnehmer bestätigen frei von Corona-Virus-Symptomen zu sein (es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person). Es dürfen nur Personen der jeweiligen Trainingsgruppen anwesend sein (keine Begleitpersonen).

Gruppengröße:

Die Trainingsgruppen werden gemäß den Vorgaben der aktuellen Coronaschutzverordnung – CoronaSchVO begrenzt.

Trainer/Übungsleiter:

Es erfolgt eine feste Zuordnung der Übungsleiter zu den Trainingsgruppen. Sollte der Übungsleiter verhindert sein, fällt die Trainingsstunde aus. Ein Übungsleiter betreut nicht mehr als fünf Gruppen. Übungsleiter, die Kindergruppen betreuen, betreuen keine Risikogruppen.

Die Übungsleiter wurden in die Hygienebestimmungen des Vereins eingewiesen und haben deren Kenntnis schriftlich bestätigt. Sie informieren vor jeder Trainingsstunde die Teilnehmer über die einzuhaltenden Regelungen. Der Übungsleiter erteilt klare Anweisungen an die Sporttreibenden, damit die Aufgabenverteilung verständlich ist.

Hygieneeinhaltung:

Die Übungsleiter weisen die Teilnehmer vor Beginn der Einheit die Trainings- und Pausenflächen (Ablage der Sporttaschen) zu. Diese sind gemäß den geltenden Vorgaben zur Abstandswahrung markiert (z. B. mit Hütchen, Kreisen, Stangen usw.). Die Übungsleiter achten darauf, dass der Mindestabstand von mind. 1,5 Metern während der gesamten Sporteinheit eingehalten wird. Die Teilnehmer kommen direkt in Sportkleidung zum Training. Korrekturen zur Übungsausführung durch den Übungsleiter erfolgen nur mündlich. Es werden nur Übungen ohne Hilfestellung des Übungsleiters angeleitet. Partnerübungen sind nicht erlaubt. Jeder Teilnehmer bringt seine eigene Matte, eigene Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Für die Desinfizierung der eigenen Matte ist jeder Teilnehmer selbst verantwortlich. Eine Weitergabe von Matten an andere Teilnehmer ist nicht erlaubt. Auf die Nutzung von Kleingeräten wird verzichtet und nur mit dem eigenen Körpergewicht trainiert.

Den Übungsleitern werden alle notwendige Materialien zur Einhaltung der Hygienevorschriften (z. B. Hand- und Flächendesinfektionsmittel, Mund-Nasen-Schutz, Maßband/Zollstock, Markierungshütchen, Erste Hilfe Tasche) zur Verfügung gestellt.

Erste Hilfe:

Der Erste-Hilfe-Koffer ist zu jeder Trainingsstunde zu desinfizieren und immer griffbereit. Bei gesundheitlichen Notfällen ist Erste-Hilfe zu leisten. Im Falle eines Unfalls/ einer Verletzung tragen sowohl Ersthelfer als auch der Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz. Im Falle einer Wiederbelebung wird der Mund der wiederzubelebenden Person mit einem Tuch bedeckt, die Herzdruckmassage durchgeführt und ggf. auf die Beatmung verzichtet (u.a. gemäß Empfehlungen des Deutschen Roten Kreuzes).

Das Hygiene-und Sicherheitskonzept des TV Langendreer 1882 wird auf der Homepage und in den Vereins-schaukästen für die Mitglieder veröffentlicht.

Der Vereinsvorstand wird die offiziellen Vorgaben und deren Umsetzung durch regelmäßiger Austausch mit den Übungsleitenden und regelmäßigen Kontrollen der vorhandenen Hygieneartikel kontrollieren und einhalten.

Der Vorstand, 05.06.2021