

Sportverein Esting e.V.
Richtlinien für eine Wiederaufnahme des Sportbetriebs
in Zeiten der COVID-19 Pandemie
für das **allgemeine Gerätturnen Erwachsene**



Ein Zeitpunkt zur Wiedereröffnung von Fitness-Studios in Bayern ist noch nicht bekannt.

Es liegen jedoch bereits Empfehlungen des **DOSB** bzw. der Fachverbände zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs im Fitness-Studio vor.

Diese „**Leitplanken**“ gelten übergreifend für alle Abteilungen des SV Esting:

1. **Distanzregeln** einhalten
2. Körperkontakte müssen unterbleiben
3. Der Sport muss komplett kontaktfrei durchgeführt werden (Verzicht auf Abklatschen, Händeschütteln, Umarmen, Trinkflasche anbieten...)
4. Mit **Freiluftaktivität** starten
5. Hygienemaßnahmen einhalten (regelmäßiges, gründliches Händewaschen, Hust-/Niesetikette...)
6. **Vereinsheime bleiben geschlossen**
7. **Umkleiden & Duschen bleiben geschlossen.** WCs können unter Auflagen genutzt werden.
8. Fahrgemeinschaften unterlassen (Sportler und Trainer sollten getrennt zum Training kommen und nicht gemeinsam im Pkw)
9. **Veranstaltungen und Wettbewerbe entfallen**
10. **Trainingsgruppen verkleinern**
11. Angehörige von **Risikogruppen besonders schützen**
12. Risiken in allen Bereichen minimieren

Konkret bedeutet das für unsere Trainingsgruppen:

- Begrenzung **Teilnehmerzahl**
- Protokollierung aller TN und ÜL in **Anwesenheitslisten** (Name, Datum, Anwesenheitszeit);
Im Falle einer COVID-19 Infektion kann eine Kontaktverfolgung sichergestellt werden
- Da die Umkleidekabinen geschlossen bleiben müssen, sollen alle Sportler und Übungsleiter bereits in Sportkleidung erscheinen.
- Für alle Kinder und **Jugendlichen unter 18 Jahren** muss vor Beginn der Trainings die schriftliche Erlaubnis der Erziehungsberechtigten vorliegen. (Darin sichern die Eltern

zu, dass sie Ihre Kinder bei Symptomen von COVID-19 nicht ins Training gehen lassen und bei einem positiven Test umgehend den Verein informieren)

- Auf ausreichende **Wechselzeiten** achten (Je nach Sportart kann die Wechselzeit bis zu 15 Min. betragen. Ein Kontakt zwischen „kommenden und gehenden Sportlern“ muss unbedingt vermieden werden.
- Bei **Krankheitssymptomen** – egal welcher Art – ist die Teilnahme am Training untersagt. Das gilt auch für ÜL.
- Jeder Sportler und ÜL muss einen **Mund-Nasen-Schutz** mit ins Training nehmen; Während des Sports ist das Tragen nicht notwendig, aber empfohlen.
- Trainer / Verein stellen zusätzlich **Desinfektionsmittel** zur Verfügung.
- Wenn in **Ausnahmefällen** (Verletzung) der Mindestabstand unterschritten werden muss, ist sowohl vom Athleten als auch vom Betreuer ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.
- Vor dem Training **Hände waschen und/oder desinfizieren**
- Es ist eine **Belehrung** über die Verhaltens- und Hygienestandards (Abstandsregeln, Hust-/Niesetikette, Händedesinfektion etc.) durchzuführen und zu protokollieren (inkl. namentlicher Nennung aller belehrten Übungsleiter)
- **Risikobereitschaft reduzieren:** Um Verletzungen zu vermeiden, ist unterhalb der persönlichen Leistungsgrenze zu trainieren
- **An- und Abfahrt** sollten getrennt erfolgen
- Bei **Missachtung** der Regeln droht der jeweiligen Person ein (zeitweiser) Ausschluss vom Sportbetrieb.
- Die **Richtlinien** gelten für Sportler wie Trainer gleichermaßen.

Ergänzend wurden auf Basis der Empfehlungen des Bayerischen Turn-Verbands Richtlinien für die Gruppe **allgemeines Gerätturnen Erwachsene** erarbeitet.

Gerätturnen Erwachsene (Start ab 15.06.20):

Corona-Beauftragte: Claudia Gigl-Buday

Abstandsregelung

- Späterer Start um 20.40 Uhr, um mit der Vorgängergruppe nicht zu kollidieren
- da derzeit ca. 10 TN, ist das Abstandhalten während der Sportstunde gut einzuhalten
- **Es werden nur Elemente trainiert, die weder gesichert noch gehalten werden müssen:**

Hygieneregulung

- Der Abbau der Geräte ist mit Mund-Nasen-Schutz durchzuführen.
- Toiletten können im UG benutzt werden (Mehrzweckhalle Esting) und werden nach der Stunde vom ÜL desinfiziert (gem. DTB-Coronaregeln)
- vor und nach dem Training Hände waschen und desinfizieren
- für gute Belüftung sorgen
- ***Vor dem Start werden alle Teilnehmer über die geforderten Maßnahmen persönlich vom Coronabeauftragten informiert.***

Hinweis: Diese Richtlinien wurden am 06. Juni 2020 erstellt.

Geänderte Vorgaben der Politik und Verbände, sowie neue Erkenntnisse können Aktualisierungen notwendig machen.