



TSV 1877 GERBRUNN e.V.

Konzept zur Wiederaufnahme des eingeschränkten Trainingsbetriebs in der Turn- und Sportabteilung des TSV Gerbrunn e. V. **Fitness Erwachsene**

Präambel

Grundlage für die Erstellung des Konzeptes sind die „Hinweise zur Wiederaufnahme des eingeschränkten Trainingsbetriebs in Bayern“ des Bayerischen Landessportverbandes (BLSV).

Die jeweils aktuelle Fassung wird auf der Homepage des BLSV veröffentlicht. Die hier aufgeführten Bestimmungen sind nach bestem Wissen erstellt. Eine Haftung bzw. Gewähr für die Richtigkeit der Angaben kann nicht übernommen werden. Es ist stets zu beachten, dass durch die zuständigen Behörden und die Gemeinde Gerbrunn weitergehende oder abweichende Regelungen zum Infektionsschutz sowie Nutzungsbeschränkungen getroffen werden können. Diese sind stets vorrangig und selbständig von jedem Teilnehmer zu prüfen und zu beachten. Der TSV 1877 Gerbrunn e. V. wird dieses Konzept fortlaufend aktualisieren und auf der [Homepage](#) veröffentlichen.

Regeln zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes

- Priorität hat die Gesundheit aller Sportler*innen und der ehrenamtlich und hauptberuflich tätigen Trainer/Übungsleiter/Betreuer.
- Die Verordnungen des Bundes und des Freistaates Bayern sind in ihren aktuellen Fassungen strikt umzusetzen.
- Der Trainingsbetrieb der Fitnessgruppen wird ab dem 15.06.2020 wieder aufgenommen.
- Am Trainingsbetrieb dürfen nur Sportler*innen teilnehmen, die die Teilnahmebedingungen unterschrieben haben.
- Die Sportstunde wird, wenn möglich, draußen durchgeführt.
- Ankunft an der Sportstätte frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn, das Tragen einer Maske ist Pflicht.
- Der Mindestabstand von 1,5 m ist in jedem Fall und zu jeder Zeit sicherzustellen. Personen, die im gleichen Haushalt leben oder für welche der allgemeine Sicherheitsabstand nicht gilt, dürfen den Mindestabstand unterschreiten.
- Beim Betreten und Verlassen der Halle, insbesondere beim Durchqueren des Eingangsbereichs, bei der Entnahme und dem Zurückstellen von Sportgeräten, sowie in Sanitärbereichen (WC-Anlagen) ist eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen haben. Somit muss die Mund-Nasen-Bedeckung außerhalb des Trainings in der gesamten Halle getragen werden.
- Während der Sportstunde muss keine Maske getragen werden.



TSV 1877 GERBRUNN e.V.

- Alle Teilnehmer*innen kommen bereits umgezogen, Jacken und Schuhe können im Vorraum abgelegt werden. Die Umkleiden sind geschlossen, Duschen ist nicht möglich.
- Vor und nach dem Training sind die Hände zu desinfizieren oder gründlich mit Seife zu waschen. Desinfektionsmittel, Seife und Einmalhandtücher sind vorhanden.
- Körperkontakt hat zu unterbleiben: kein Handshake oder andere Begrüßungsrituale vor, während und nach dem Training.
- Die grundsätzliche Pflicht zur ersten Hilfe bleibt, unter Berücksichtigung des Eigenschutzes, bestehen. Hierfür müssen alle Sportler zusätzlich zur Mund-Nasen-Bedeckung ein paar Handschuhe (jeglicher Art) dabei haben, falls im Notfall der Sicherheitsabstand unterschritten werden muss (Verletzungen etc.).
- Mitbringen eigener Matten und Trainingsgeräte (Theraband, Hanteln u.ä.), wenn nötig.
- Der Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen ist einzuhalten.
- Eine Trainingseinheit in der Halle dauert maximal 60 Minuten. Zwischen zwei Trainingseinheiten liegen mindestens 15 min Lüftungspause. Die geänderten Trainingszeiten werden mit dem Vorstand abgestimmt, um die Nutzung der Halle mit anderen Sportgruppen koordinieren zu können. Wenn im Freien trainiert wird, können die 60 min überschritten werden. Um Kontakt mit nachfolgenden Sportlern zu vermeiden, sind die Zeiten ebenfalls mit dem Vorstand abzustimmen.
- Trainieren zwei Gruppen nacheinander in der Halle, muss eine zeitliche Pause von etwa 15 Minuten eingeplant werden, um die Kontakte zu minimieren und die Halle zu lüften.
- Bei Hallennutzung muss die Halle durch Öffnen des Haupteingangs zusammen mit den beiden Hallentüren und dem Seitenausgang während des Trainings durchlüftet werden. Sollte dies nicht möglich sein, so muss die Durchlüftung unmittelbar vor und nach dem Training für jeweils mindestens 15 min auf diese Weise erfolgen. Es ist sicher zu stellen, dass beim Verlassen der Halle wieder alle Türen geschlossen sind bzw. eine Übernahme diese Verantwortung durch eine Folgegruppe erfolgt (Absprache).
- Das Trinken während des Trainings ist nur aus eigenen Getränkeflaschen, die zu Hause gefüllt worden, erlaubt.
- Die Toiletten sind nur in dringenden Notfällen und einzeln zu benutzen und für eine bessere Durchlüftung nach der Nutzung offen zu halten.
- Nach dem Training haben alle Sportler*innen die Sportstätte unverzüglich zu verlassen.
- Am Training können maximal 20 Sportler*innen (19+1 ÜL) teilnehmen. Bei großen Gruppen sollte die Teilnahme im Vorfeld abgeklärt werden.
- Von den Trainer*innen ist eine Anwesenheitsliste zu erstellen.



TSV 1877 GERBRUNN e.V.

- Die Trainingsstätte darf nur zu Trainingszwecken genutzt werden. Der Aufenthalt zu anderen Zwecken ist ebenso untersagt wie der Zugang für andere Personen.
- Das Betreten der Sportstätte und eine Teilnahme am Training ist nur symptomfrei hinsichtlich aller Corona-Symptome möglich. Spieler mit Erkältungssymptomen (Husten, Schnupfen, Halsweh), erhöhter Körpertemperatur oder Geruchs-/Geschmacksverlust dürfen somit nicht am Training teilnehmen. Erkennt ein Übungsleiter die vorgenannten Symptome, so ist der Spieler sofort vom Training auszuschließen. Minderjährige Kinder werden in diesem Fall mit Mund-Nasen-Bedeckung von den anderen Teilnehmern separiert ohne die Aufsichtspflicht zu verletzen.
- Bei bekanntem Kontakt innerhalb der letzten 14 Tagen zu einer Person mit Verdacht auf SARS Covid-19 bzw. bestätigter Diagnose ist das Betreten der Sportstätte untersagt. Derartiger Kontakt und angeordnete Quarantänemaßnahmen seitens des Gesundheitsamtes müssen unverzüglich dem verantwortlichen Trainer gemeldet werden. Er entscheidet nach Rücksprache mit dem Vorstand über das Fortsetzen des Trainings.
- Bei wiederholtem Verstoßen gegen die Hygieneregeln muss ein Ausschluss von Training erfolgen. Hierfür wird dem verantwortlichen Trainer/Übungsleiter das Hausrecht übertragen.
- Jeder achtet auf sich und die anderen.