



Hygienekonzept

Taekwondo Abteilung des SV Stammham

Grundlage für den Trainingsbetrieb ist die Einhaltung der Voraussetzungen aus der vierten Bayerischen Infektionsschutzmaßnahmenverordnung (**4. BayIfSMV**):

1. Ausübung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen oder privaten Freiluftsportanlagen
2. Einhaltung des Mindestabstands zwischen zwei Personen von mindestens 2 Metern
3. Ausübung entweder alleine oder in kleinen Gruppen von bis zu maximal fünf Personen (inklusive Trainer/Betreuer)
4. kontaktfreie Durchführung
5. keine Nutzung von Umkleidekabinen
6. konsequente Einhaltung der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen, insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten
7. keine Nutzung der Nassbereiche, die Öffnung von gesonderten WC-Anlagen ist jedoch möglich
8. Vermeidung von Warteschlangen beim Zutritt zu Anlagen
9. keine Nutzung von Gesellschafts- und Gemeinschaftsräumen an den Sportstätten; Betreten der Gebäude zu dem ausschließlichen Zweck, das für die jeweilige Sportart zwingend erforderliche Sportgerät zu entnehmen oder zurückzustellen, ist zulässig
10. keine besondere Gefährdung von vulnerablen Personen (Risikogruppen) durch die Aufnahme des Trainingsbetriebes
11. keine Zuschauer•

Gesundheitszustand: Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt aufsuchen: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome. Das gleiche Vorgehen gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen. Bei einem positivem Test auf das Corona-Virus (COVID-19) im eigenen Haushalt muss die betreffende Person 14

Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden Bestehen in Bezug auf ein Training oder eine spezielle Übung ein ungutes Gefühl und/oder Unsicherheit über mögliche Risiken, sollte darauf verzichtet werden Die etwaige Risikogruppen-Zugehörigkeit der teilnehmenden Personen ist im Vorfeld unbedingt zu klären. Auch für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Training von großer Bedeutung. Umso wichtiger ist es, ganz besonders für sie das Risiko bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich

Trainingsorganisation: Zwischen zwei Trainingseinheiten verschiedener Gruppen wird eine Puffer-Zeit von 15 Minuten eingeplant, um ein Aufeinandertreffen der Gruppen zu vermeiden. Die Teilnehmer reisen möglichst zu Fuß, mit dem Fahrrad oder in privaten PKW einzeln in Sportkleidung an. Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden. Ankunft am Sportgelände frühestens fünf Minuten vor Trainingsbeginn. Alle Teilnehmer kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen. Begleitpersonen sollten dem Training möglichst nicht beiwohnen. Ansonsten ist auf Einhaltung der Abstandsregeln zu achten. Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause. Bei einer Abreise mit dem PKW erfolgt nach dem Training der Wechsel von durchnässten oder verschwitzten Kleidungsstücken im Fahrzeug.

Bringen und Abholen von Kindern nur bis zum bzw. ab dem Sportgelände. Sofern Unterstützung erforderlich ist, darf ein Elternteil am Sportgelände anwesend sein. Für diese Person gelten ebenfalls die dort herrschenden organisatorischen und hygienischen Maßgaben.

Unterweisung aller Trainer, Betreuer und Trainierenden in die Vorgaben zum Trainingsbetrieb, die Maßnahmen des Vereins und des verantwortungsvollen Umgangs damit.

Führung von Anwesenheitslisten, um etwaige Infektionsketten besser nachverfolgen zu können.

Führung von Check-Listen aller Teilnehmer (Trainer, Betreuer, Trainierenden) zur Abfrage von Symptomen

Eigene Getränke, die Zuhause befüllt worden sind, sind erlaubt.

Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen.

Das benötigte Trainingsmaterial beschränkt sich auf das Nötigste. Sportgeräte (z.B. Hanteln, Kettlebell, Medizinbälle, Seile, etc.) werden möglichst vor der Trainingseinheit desinfiziert und auf dem Platz bereitgestellt. Die Trainingsgeräte werden vom Trainer selbst ausgegeben und wieder eingesammelt. Vor der nächsten Benutzung erfolgt eine gründliche Desinfizierung.

Der Trainingsort für jeden Teilnehmer wird markiert, um eine Annäherung zu vermeiden

Der Trainier unterrichtet am Tag bis zu vier verschiedene Gruppen mit jeweils vier Teilnehmern. Ein weiterer Betreuer übernimmt eventuell das Training für weitere vier Teilnehmer. Die zweite Gruppe wird sich im deutlichen Abstand zur ersten Gruppe aufhalten. Dabei findet kein Kontakt statt. Die Korrekturen und Übungsanweisungen erfolgen visuell und verbal. Alle Übungsformen ohne Körperkontakt und unter Einhaltung des Mindestabstandes.

Der Trainingsstart erfolgt vorerst nur für Schulkinder und Erwachsene. Nach den Pfingstferien auch für Kindergartenkinder.

Genauer Ablauf:

Das Sportgelände wird mit Mundschutz betreten! Auf Abstand achten!

Trainingsplatz an markierter Stelle einnehmen. Jacken, Trinkflaschen, etc, ebenfalls am Platz ablegen. Eventuell ein Handtuch/Isomatte für Übungen am Boden mitbringen.

Während des Trainings darf der Mundschutz abgenommen werden.

Den Anweisungen der Trainerin Folge leisten 😊

Nach Trainingsende Mundschutz wieder aufsetzen und den Trainingsplatz räumen.

Die nachfolgende Gruppe wartet draussen, bis alle vorherigen Teilnehmer, das Feld geräumt haben.

Verantwortliche für den Betrieb und reibungslosen Verlauf ist Alexandra Horn, Vorstand Taekwondo Abteilung.

Verstöße und Zuwiderhandlungen gegen die Auflagen der Verordnung werden mit sofortigem Trainingsausschluss geahndet!

Bitte den nachfolgenden Abschnitt ausfüllen und unterschrieben zum ersten Training im Freien mitbringen und in den dafür vorgesehenen Behälter werfen.

Name:

Ich habe die Hygieneregeln verstanden und werde mich an deren Ausführung halten. // Ich habe meinem Kind, die Hygieneregeln erklärt und habe eindringlich auf deren Einhaltung hingewiesen.

Ort/Datum,

Unterschrift Teilnehmer

Unterschrift
Erziehungsberechtigter