



Leitfaden des TSV Ristedt von 1926 e.V. für Übungsleiter (ÜL), Trainer und Betreuer

Liebe ÜL, Trainer und Betreuer,

um euch und euren Teilnehmern ein schönes und coronakonformes Training ermöglichen zu können, beachtet bitte die folgenden Punkte im Leitfaden. Bei Fragen zum Leitfaden oder aber der praktischen Umsetzung in den einzelnen Sparten, nutzt bitte die Seite auf unserer Homepage (www.tsv-ristedt/training unter covid 19) oder sprecht Stephan Bischoff als Corona-Beauftragten an.

Bitte unterrichtet eure Teilnehmer über die einzelnen Punkte und führt die unten genannte Anwesenheitsliste.

Training unter COVID 19

Distanzregeln einhalten

Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Personen ist einzuhalten.

Körperkontakte müssen unterbleiben

Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.

Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Bei gemeinsam genutzten Sportgeräten müssen diese nach jedem Teilnehmer gereinigt werden.

Das Vereinsheim und die Umkleiden und Duschen des TSV Ristedt bleiben geschlossen

Trainer und Teilnehmer erscheinen bereits umgezogen zum Training (Ausnahme Stollen- bzw. Hallenschuhe). Die Nutzung der Umkleiden und Duschen in der Sporthalle und in unserem Vereinsheim wird vorerst ausgesetzt. Die Toiletten in der Sporthalle werden ausschließlich genutzt. Die Toiletten des Vereinsheims sind geschlossen. Die Distanzregeln sind auch während des Toilettenganges einzuhalten. Der Gastronomiebereich, wie auch der Mehrzweckraum bleiben bis auf weiteres geschlossen.

Fahrgemeinschaften /Bringen und Abholen von Kindern

In der Übergangsphase wird auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet. Eltern, die Ihre Kinder zum Sport bringen oder abholen, warten bitte im Auto vor der Sportanlage auf die Kinder. Vor der Sportanlage gelten auch für die Eltern die Distanzregeln (2 Meter 2 Personen)

Mit wie vielen Personen darf trainiert werden?

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (bis zu 15 Personen), die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das

Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist so nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.
Bei der Zahl der Trainierenden auf den Sportplatz gibt es keine pauschale Begrenzung.
Entscheidend ist der Abstand zwischen den einzelnen Personen (2 Meter).

Was ist mit Sportmaterial und Geräteräumen?

Geräteräume und andere Räume zur Aufbewahrung von Sportmaterial dürfen vom Übungsleiter und einer benannten Hilfsperson nur unter Einhaltung des Abstandes (2 Meter) betreten werden. Es wird auf die regelmäßige Desinfektion von benutzten Sport- und Trainingsgeräten geachtet.

Muss ich eine Maske tragen?

Nein, bei der sportlichen Betätigung im Freien muss keine Maske getragen werden. Die sportliche Betätigung ist zulässig, wenn zu jeder Zeit ein Abstand von 2 Metern eingehalten wird und die Ausübung kontaktlos erfolgt.

Darf ich mir etwas zu Essen und zu Trinken mitbringen?

Trinken ist wichtig und sollte insbesondere bei längeren sportlichen Betätigungen unbedingt erfolgen. Da keine Getränke oder Speisen vom TSV angeboten werden, sind eigene Getränke mitzubringen. Der Verzehr von Speisen ist auf der Sportanlage grundsätzlich untersagt.

Sind Zuschauer bei der sportlichen Betätigung oder Training erlaubt?

Nein, Zuschauer sind leider derzeit bei keiner Form der sportlichen Betätigung erlaubt. Eltern warten vor der Sportanlage auf die Kinder.

Führung von Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten

Eine gesonderte Anwesenheitsliste ist pro Training durch den Trainer zu führen und ist nach dem Training in den Briefkasten am Vereinsheim nach Beendigung jeder Trainingsstunde zu deponieren. Die Listen werden nach 14 Tagen durch den Corona-Beauftragten vernichtet. Die Anwesenheitsliste beinhaltet folgende Angaben: Datum, Ort der ÜL Einheit, Name des Übungsleiters und vollständige Namen der Teilnehmer, Telefonnummern der Teilnehmer und Beginn und Ende der Trainingseinheit). Eine Covid 19 - Blankoteilnehmerliste findet ihr auf unserer Homepage (s.o.) zum Download bzw. im Schiriraum in der Turnhalle. Teilnehmerlisten die sonst geführt werden, werden parallel weitergeführt.

Nach dem Sport

Die Sportanlage ist nach dem Sport sofort wieder zu verlassen. Zusammenkünfte auf der Terrasse oder dem Unterstand sind nicht gestattet. Der Übungsleiter ist die letzte Person, die die Anlage verlässt.

Sport in der Halle

Bitte plant mehr Zeit vor eurer Übungsstunde ein. Es sind Warteschlangen der Teilnehmer vor der Halle zu vermeiden. In kleinen Gruppen (Distanzregeln beachten) vor der Halle warten bis der letzte Teilnehmer der vorherigen Gruppe die Halle verlassen hat. Während

des Sportes für gute Durchlüftung sorgen (z.B. Dachfenster öffnen). Auch nach dem Sport bitte die Dachfenster öffnen. Alle genutzten Geräte müssen nach der Sportstunde gereinigt bzw. desinfiziert werden. Jeder Teilnehmer nutzt wie heute auch schon sein eigenes Handtuch, um z.B. Schweiß abzuwischen und benutzt dieses ggfls. als Unterlage.

Veranstaltungen und Wettkämpfe finden derzeit nicht statt

Um die Distanzregeln einzuhalten, finden derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins statt. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen im TSV Ristedt untersagt. Nicht gestattet sind zunächst natürlich auch sportliche Wettbewerbe.

Erste Hilfe

Die Erste Hilfe Pflicht erlischt natürlich nicht in Zeiten von Corona. Der Ersthelfer sollte derzeit noch mehr auf seinen Eigenschutz achten und sich selbst nicht in Gefahr begeben. Ist der Verletzte an Corona erkrankt oder der Ersthelfer ist sich unsicher, kann aktuell auf die Beatmung verzichtet werden. Notruf absetzen und ununterbrochen die Herzdruckmassage durchführen. Gleichzeitig kann das Gesicht des Betroffenen mit einem Tuch abgedeckt werden, um das Risiko einer Tröpfcheninfektion zu minimieren. Den Defibrillator findet ihr wie gehabt links neben dem Aufgang zum Vereinsheim. Der Erste Hilfe Kasten im Schiriraum ist mit Masken und Einweghandschuhen inklusive Desinfektion aufgestockt worden.

Corona Beauftragter

Für die Übergangszeit ist unser sogenannter Corona Beauftragter für alle Fragen rund um das Thema für euch da. Ihr erreicht Stephan Bischoff unter der Nummer 0172 / 4582599 oder per Mail an StephanBischoff@t-online.de

Liebe Übungsleiter, Trainer und Betreuer,

wir danken Euch für die Bereitschaft in diesen besonderen Zeiten den Mitgliedern des TSV Ristedt das Training zu ermöglichen. Wir stehen alle gemeinsam vor dieser großen Aufgabe und sind stolz Euch als Ehrenamtliche im Verein zu wissen.

Der Vorstand des TSV Ristedt