

Übungsleiterleitfaden für das Training

unter COVID 19

(Neuerungen sind gelb markiert)

Distanzregeln einhalten

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

Körperkontakte müssen unterbleiben

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.

Umkleiden bleiben offen

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen ist erlaubt.

Achtet darauf, dass die Umkleiden nicht zu voll sind (Abstandsgebot). Benutzt mehrere Umkleiden. Die WC`s dürfen genutzt werden. Auch dabei an die Abstandsregeln halten.

Es ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen. **Ab einem Inzidenzwert von 50 oder ab Warnstufe 1, dürfen Umkleide und Duschen nur noch von Geimpften, Genesenden oder negativ getesteten Personen (3 G) betreten werden.**

Vereinsheim

Das Vereinsheim hat wieder geöffnet. Bitte nutzt vorzugsweise die Terrasse. Im VH kommen die Regelungen der Gastronomie zu Geltung. **Ab einem Inzidenzwert von 50 oder Warnstufe 1, darf das Vereinsheim nur noch von Geimpften, Genesenden oder getesteten Personen (3 G) betreten werden.** Jeder loggt sich über die Luka App ein oder nutzt den Bogen. Das Ausloggen passiert automatisch bei Verlassen der Lokalität, kann aber auch selbstständig vorgenommen werden.

Fahrgemeinschaften /Bringen und Abholen von Kindern

Es sollte bei Bildung von Fahrgemeinschaften auf die aktuelle Kontaktbeschränkung geachtet werden. Kinder bis 6 Jahre, Geimpfte und Genesene zählen nicht dazu. Die Kinder bitte nicht in der Halle abholen. Auf dem gesamten Sportgelände ist auf Abstand zu achten.

Mit wievielen Personen darf trainiert werden?

Hier gibt es keine Einschränkungen

Wo darf trainiert werden?

Bis zu einem Inzidenzwert von 50 oder keiner Warnstufe.

Was ist mit Sportmaterial und Geräteräumen?

Geräteräume und andere Räume zur Aufbewahrung von Sportmaterial dürfen von Übungsleiter und einer Hilfsperson nur unter Einhaltung des Abstandes und mit Maske betreten werden. Es sollte auf die regelmäßige Desinfektion von benutzten Sport- und Trainingsgeräten geachtet werden.

Muss ich beim Sport eine Maske tragen?

Nein, bei der sportlichen Betätigung muss keine Maske getragen werden.

Darf ich mir etwas zu Trinken mitbringen?

Trinken sollte man insbesondere bei längeren sportlichen Betätigungen. Bitte Getränke mitbringen.

Sind Zuschauer bei der sportlichen Betätigung oder Training erlaubt?

Ja es sind Zuschauer erlaubt, diese müssen sich über die Luca App/Liste registrieren.

Anwesenheit -Testlisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten.

Diese Listen sind nicht mehr zu führen. Ggfls. Anwesenheitslisten je nach Sparte.

Sport In der Halle

Der Sport in der Halle ist uneingeschränkt möglich.

Während des Sportes für gute Durchlüftung sorgen (Dachfenster öffnen) .

Nach dem Sport bitte auch die Dachfenster öffnen. **Es muss eine 15 minütige Lüftung stattfinden, bevor die nächste Gruppe mit dem Sport beginnt.** Alle benutzten Geräte müssen nach der Sportstunde wieder gereinigt werden. Jeder Teilnehmer sollte ein Handtuch mitbringen für das Abwischen von Schweiß oder ggfls. als Unterlage.

Ab einer Inzidenz von 50 oder der Warnstufe 1, dürfen nur noch Personen die nachweislich geimpft, genesen oder getestet sind, Sport treiben. Der Übungsleiter hat sich von jedem Teilnehmer den Geimpf- oder Genesen Nachweis zeigen zu lassen. und dieses in seiner Liste zu vermerken. Diese Liste ist dann bei Stephan Bischoff abzugeben. Für die anderen ist der Sport nur mit ein Corona Test erlaubt. Dieser ist ebenfalls vom Übungsleiter zu überprüfen.

Nach dem Sport

Der Übungsleiter ist der Letzte, der die Anlage verlässt.

Testpflicht

Es gibt beim Sport keine Testpflicht. Wir stellen aber jedem Übungsleiter frei, sich weiterhin zu testen.