



Regeln für die Durchführung von Sporteinheiten in Zeiten des Corona Virus TV Schwanewede vom 1903 e.V.

Ziel muss es sein, sich nach den jeweils geltenden Corona-Richtlinien des Landes Niedersachsen zu treffen und zu bewegen. Nur so kann ein eingeschränkter Trainingsbetrieb mit bestem Wissen und Gewissen wieder aufgenommen werden.

Wer sich nicht an die folgenden Regeln halten kann oder möchte, muss dem gemeinsamen Trainingsbetrieb leider fernbleiben und weiterhin individuell trainieren.

1. Teilnahme

Es darf niemand am Trainingsbetrieb teilnehmen, der sich krank fühlt, Fieber hat oder Anzeichen bzw. Symptome einer Corona-Infektion oder Grippe zeigt.

Vom Trainingsbetrieb ausgeschlossen sind alle Personen, die sich innerhalb der letzten 14 Tage in einem Risikogebiet aufgehalten haben, die Kontakt zu einer Person mit gesichertem Nachweis einer Corona Infektion hatten oder bei denen der Virus selber innerhalb der letzten 14 Tage nachgewiesen wurde.

An dieser Stelle ist eine sehr hohe Verantwortung und Selbstdisziplin notwendig.

Sportler/innen mit regelmäßigem Kontakt zu Risikopatienten sollten dem Training fernbleiben und individuell trainieren.

Vor **jeder** Trainingseinheit werden alle Sportler/TN auf der Anwesenheitsliste registriert und bestätigen mit Ihrer Unterschrift, dass ihre Teilnahme am Training gem. der unterschriebenen Einverständniserklärung und unter Einhaltung der geltenden Regeln stattfindet. Bei Kindern unter 10 Jahren muss ein Erziehungsberechtigter unterschreiben.

Sollte ein Teilnehmer/In oder Trainer/In unter Coronaverdacht stehen wird der gemeinsame Trainingsbetrieb umgehend eingestellt. Eine Wiederaufnahme ist erst nach Klärung des Status der betroffenen Personen möglich.

Ein Verdachtsfall ist daher umgehend an die Trainer zu melden.

2. Treffen

Auf Fahrgemeinschaften soll verzichtet werden.

Auf persönliche Begrüßungen oder Verabschiedungen mit jeglichem Körperkontakt muss verzichtet werden.

Eltern sollen nach Möglichkeit die Hallen nicht betreten und ihre Kinder nur bis zur Hallentür begleiten und sie auch dort wieder abholen. Ist dieses aus zwingenden Gründen nicht möglich, müssen die Eltern sich mit großem Abstand zum Sportgeschehen aufhalten. Zuschauer sind generell verboten.

Beim Betreten der Halle und in Durchgangsbereichen darf es nicht zu Staus kommen. Unterschiedliche Gruppen sollten sich in den Hallen/auf dem Trainingsgelände nicht begegnen.

Bis in die Halle/zum Trainingsgelände ist ein Mundschutz zu tragen

Der Abstand von 1,5 bis 2m muss zu jeder Zeit eingehalten werden

Vor Abfahrt zum Training sollte jeder Sportler/TN sich gründlich die Hände waschen. Vor dem Trainingsbeginn müssen sich alle die Hände desinfizieren. Desinfektionsmittel steht bereit.

Während der Trainingseinheit sollen mehrfach die Hände gewaschen werden. Seife steht vor Ort zur Verfügung. Jeder Sportler/TN muss ein eigenes Handtuch, welches nur von ihm verwendet werden darf, mitbringen.

Es stehen keine Umkleidemöglichkeiten oder Duschen zur Verfügung. Das Umziehen vor und nach dem Training und das Duschen nach dem Sport muss Zuhause erfolgen.

Die Benutzung der Toiletten ist unter Beachtung der Abstandsregelung und der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen im Notfall möglich.

Jeder Sportler/TN darf sich Getränke mitbringen. Diese müssen in ausreichendem Abstand in der vom Trainer/IN gekennzeichnetem Bereich abgestellt werden.

3. Trainingsbetrieb

Das Training muss in jedem Fall kontaktlos erfolgen. Die Sportler/TN müssen konsequent einen Mindestabstand von 2m einhalten. Übungen zu zweit dürfen nur mit Abstand und nach Möglichkeit nur mit derselben Person durchgeführt werden. Direkte, körperliche Hilfestellungen sind nicht möglich.

Nach Möglichkeit benutzt jeder Sportler/TN sein eigenes Trainingsmaterial, für dessen Desinfektion jeder selbst verantwortlich ist. Bereitgestelltes Material muss vor und nach der Benutzung desinfiziert werden. Geräte, die nicht desinfiziert werden können dürfen nicht benutzt werden.

Geräteräume dürfen von Personen nur unter Einhaltung des Mindestabstands von 2m betreten werden, am besten aber nur von jeweils 1 Person.

Jeder Sportler/TN muss für die Umsetzung dieser Regeln ein hohes Maß an Verantwortung für sich selbst und für allen anderen Teilnehmer/Innen zeigen.

Mit Rücksicht und gesundem Menschenverstand kann ein risikoarmes Training durchgeführt werden.