

# KONZEPT ZUR WIEDERAUFNAHME DES SPORTBETRIEBS der Gruppe „Seniorengymnastik“ des TSuGV ab dem 21.9.2020

## A: ALLGEMEINES

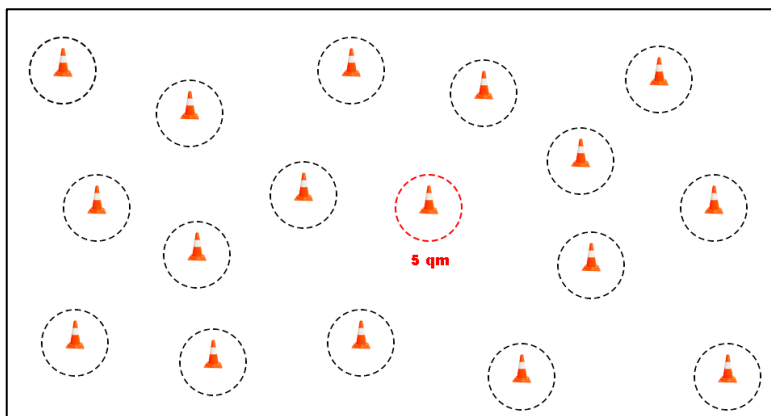
Das nachfolgend aufgeführte Konzept zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs von TuLa ist eine Konkretisierung der Vorgaben des Landes Baden-Württemberg gemäß der Corona-Verordnung vom 23.06.2020. Das Konzept baut auf den Empfehlungen des Deutschen Olympischen Sportbundes und der Spitzenfachverbände in den Sportarten und Angeboten auf, die im *TSuGV* angeboten werden. Das Konzept ist so aufgebaut, dass für die große Halle entsprechende Hygiene-, Abstands-, Nutzungs- und Kontrollregelungen beschrieben werden.

Diese Konzeption und die damit verbundene Erlaubnis, die Sportstätte nutzen zu können, wurde

von ..... am ..... genehmigt.

## B: ORGANISATIONS- UND KOMMUNIKATIONSKONZEPT

### Raumkonzept



### Was findet in der Sportstätte sportlich statt?

1. Senioren Sport
2. Es werden hauptsächlich Gymnastik und Übungen am festen Platz durchgeführt.

### Trainingszeitenplanung erstellen

1. Die Gruppe (Montags von 9.45-10.45 Uhr) wird wegen der großen Teilnehmerzahl in zwei feste Gruppen aufgeteilt:
2. Montags von 8.00-8.50 Uhr: max. 20 Personen in der Sporthalle  
Montags von 9.00-9.50 Uhr: max. 12 Personen in der Gymnastikhalle

# KONZEPT ZUR WIEDERAUFNAHME DES SPORTBETRIEBS der Gruppe „Seniorengymnastik“ des TSuGV ab dem 21.9.2020

## C: HYGIENEKONZEPT

Die allgemeinen Hygiene- und die geltenden Abstandsregeln sind jederzeit einzuhalten. Die Hygieneartikel werden vom TSuGV und den Teilnehmern bereitgestellt.

1. Bereitgestellt werden:
  - Desinfektionsmittel (gemäß der behördlichen Vorgaben) für Gegenstände, Sportgeräte, Ablageflächen etc. vom TSuGV
  - Desinfektionsmittel für die eigene Hygiene (Hände, Füße etc.) von der Gemeinde
2. Regelmäßige Desinfektion der Hände und ggf. Füße durch die Teilnehmer\*innen
  - Beim Zutritt auf das Sportgelände
  - nach dem Toilettengang
  - ggf. in der Pause
  - bei Barfußtraining sind auch die Füße zu desinfizieren.
3. Regelmäßige Desinfektion (vor/nach jeder Trainingsgruppe)
  - Sportgeräte (Kleinhanteln)
  - Ablageflächen
  - Türgriffe, Handläufe, etc.
4. Toiletten
  - Die Teilnehmer\*innen sind verpflichtet, die Toiletten vor und nach der Benutzung zu desinfizieren.
  - Es ist von den Teilnehmer\*innen sicherzustellen, dass sich während der Toilettenbenutzung nur eine Person pro Toilettenraum aufhält.
  - Die Hygieneartikel wie Seife, Desinfektionsmittel und Papierhandtücher werden ausreichend von der Gemeinde bereitgestellt.
  - Die Toilettenräume werden regelmäßig ausreichend belüftet.
5. Umkleiden und Duschräume
  - Bis der normale Trainingsbetrieb wiederhergestellt ist, bleiben Umkleiden und Duschräume geschlossen.
  - Die Trainierenden kommen bereits in Sportkleidung zum Sportgelände.
6. Laufwege
  - Die Hallen werden gemäß den Gemeindevorschriften betreten und verlassen.
  - Die Teilnehmer kommen erst zu Beginn der Übungsstunde, so dass keine Wartezeiten außerhalb des forums entstehen.
7. Abstand halten
  - Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,5 m) ist von allen Teilnehmer\*innen immer einzuhalten, sowohl beim Betreten als auch Verlassen des Sportgeländes.  
In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten.

# KONZEPT ZUR WIEDERAUFNAHME DES SPORTBETRIEBS der Gruppe „Seniorengymnastik“ des TSuGV ab dem 21.9.2020

- Die Ablage des Equipments inkl. Trinkflaschen erfolgt in der pro Teilnehmer\*in ausgewiesenen „Trainingszone“ (vgl. Raumkonzept).
8. Eigenes Equipment der Sporttreibenden (was kann mitgebracht werden)
    - Das Mitbringen eines großen Handtuchs oder Wolldecke zur Unterlage ist verpflichtend.
    - Trinkflaschen sind von den Teilnehmer\*innen selbst mitzubringen.
    - Yoga/ Gymnastik-Matten können mitgebracht werden.
    - ggf. können in Absprache mit dem/der Trainer\*in für das Training benötigte Spiel- und Handgeräte bzw. Trainingsmaterialien (z.B. Thera-Band, Hanteln) mitgebracht werden.
  9. Für die Einhaltung des Hygienekonzepts sind die Trainer\*innen und Teilnehmer\*innen verantwortlich.

## D: TRAININGSGRUPPENKONZEPT

1. Größe und Abstandsregeln
  - Es kann in Gruppen mit bis zu 20 Personen trainiert werden.
  - Während der gesamten Trainings- und Übungseinheiten wird ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen eingehalten werden. Die Teilnehmer werden nur einzeln am Gerät üben. Wer nicht dran ist wird auf einem ihm zugewiesenen Platz in der Halle (markiert durch Hütchen) sitzen und warten. Dabei wird sichergestellt, dass jeder mindestens 5 qm Raum um sich hat.
  - Die Gruppe 1 besteht aus max. 19 Teilnehmern und 1 ÜL, damit können die Flächen- und Abstandsregeln in der großen Halle eingehalten werden.
  - Die Gruppe 2 in der Gymnastikhalle besteht aus max. 11 Personen und dem Übungsleiter, somit können die Regeln auch dort befolgt werden..
2. Trainingsinhalte
  - Die Trainingsinhalte, die unter den gegebenen Umständen und Raumvorgaben trainiert werden dürfen, sind in den Empfehlungen der jeweiligen Sportfachverbände festgelegt. Die Trainer\*innen müssen sich an diesen Empfehlungen orientieren. Dabei steht die Gesundheit des Teilnehmers immer im Vordergrund.
3. Einteilung
  - Da die beiden Gruppen sind fest und es findet kein Wechsel zwischen ihnen statt.
4. Personenkreis
  - Es dürfen ausschließlich die Übungsleiter\*innen/Trainer\*innen sowie die Teilnehmenden anwesend sein (keine Gäste, keine Zuschauenden).
  - Die Teilnahme von Risikogruppen (gemäß Definition des Robert Koch-Institutes) am Sportbetrieb sollte mit Sorgfalt abgewogen werden (betrifft Übungsleiter\*innen und Teilnehmende).
  - Es sind grundsätzlich alle Personen besonders zu schützen.

# KONZEPT ZUR WIEDERAUFNAHME DES SPORTBETRIEBS der Gruppe „Seniorengymnastik“ des TSuGV ab dem 21.9.2020

## 5. Anwesenheitslisten

- In jeder Trainingsstunde ist eine Anwesenheitsliste (Angaben: Datum, Ort sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon) durch den/die Übungsleiter\*in zu führen, damit bei einer möglichen Infektion eines Sporttreibenden oder eines\*r Übungsleiter\*in die Infektionskette zurückverfolgt werden kann.
- Die ausgefüllten Listen werden zeitnah an einer zentralen Stelle im Verein abgelegt, um sie im Bedarfsfall dem Gesundheitsamt aushändigen zu können.
- Bei einem Corona-Verdachtsfall sind die behördlich festgelegten Wege einzuhalten.

## 6. Gesundheitsprüfung

- Nur gesunde und symptomfreie Sporttreibende nehmen am Training teil. Andernfalls ist eine Teilnahme nicht möglich.
- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen (gerechnet ab dem Tag der Erkrankung) und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen. Der/die Übungsleiter\*in hat dies vor jedem Training abzufragen.

## 7. Fahrgemeinschaften

- Fahrgemeinschaften sollten vorerst ausgesetzt werden, um auch hier das Risiko einer Infektion zu minimieren.

Großbettlingen, 29.9.2020



Unterschrift Abteilungsleiter TuLa Rainer Wiedemann