



Regeln zur Aufnahme des Trainingsbetrieb unter „Corona-Bedingungen“ beim TV Hochstetten

Die nachfolgend beschriebenen Regelungen sind abgeleitet aus den aktuellen Verordnungen und auf die Räumlichkeiten und Bedingungen beim TVH angepasst (Stand 20.06.2020).

- Abstand von mindestens 1,5m zwischen sämtlichen anwesenden Personen über das gesamte Training hinweg.
- Aufgrund der begrenzten Raumwege muss vor und nach einem Training im GymRaum eine Mund-Nase-Bedeckung getragen werden.
- Sport- und Spielsituationen mit direktem körperlichen Kontakt sind untersagt
- Hochintensive Ausdauerbelastungen in geschlossenen Räumen sind untersagt.
- Trainingseinheiten mit Raumwegen nur mit maximal 10 Personen und so dass pro Person mind. 40 Quadratmeter zur Verfügung stehen.
- Trainingseinheiten mit Beibehaltung des individuellen Standorts **auf persönlichen Matten** mit eine Fläche von mindestens 10 Quadratmetern pro Person.
- TVH-Halle und GymRaum wurden mit Bereichen von je 10m² markiert. Teilnehmer von Übungseinheiten müssen sich während des Trainings innerhalb dieses Bereichs aufhalten.
- In der TVH-Halle sind somit noch 12 Teilnehmer + Übungsleiter (auf der Bühne), im GymRaum 9 Teilnehmer + Übungsleiter zulässig.
- Benutzte Sport- und Trainingsgeräte müssen nach jeder Benutzung sorgfältig gereinigt oder desinfiziert werden (Matten dürfen nicht benutzt werden, müssen selbst mitgebracht werden).
- Kontakte außerhalb der Trainingszeiten sind auf ein Mindestmaß zu beschränken:
- Ansammlungen im Ein- oder Ausgangsbereich sind untersagt, Abstand von 1,5m ist immer einzuhalten, Toiletten am besten zeitlich versetzt betreten.
- Umkleieräume sind geschlossen bzw. dürfen nicht betreten werden. Teilnehmer müssen bereits umgezogen zum Training erscheinen.
- Es muss stets für eine ausreichende Belüftung gesorgt werden. Fenster müssen während des Trainings geöffnet sein.
- Ein Training im Außenbereich ist ebenfalls möglich. Um den Standpunkt jedes Teilnehmers zu markieren, stehen bunte Markierungshütchen in der TVH-Halle und im GymRaum zur Verfügung.
- Jeder Übungsleiter ist verpflichtet eine Teilnehmerliste mit Name und Telefonnummer jedes Teilnehmers zu führen. Die Liste wird nach dem Training in den TVH-Briefkasten geworfen. Die Listen werden nach vier Wochen vernichtet.
- Personen, die in Kontakt zu einer mit SARS-CoV-2 infizierten Person stehen oder standen, wenn seit dem letzten Kontakt noch nicht 14 Tage vergangen sind, oder die Symptome eines Atemwegsinfekts oder erhöhte Temperatur aufweisen, dürfen die Einrichtungen gemäß der Verordnung (hier: TVH-Halle und Gymnastikraum) nicht betreten.
- Jeder Übungsleiter ist für seine Trainingseinheit dafür verantwortlich, dass diese Regelungen eingehalten werden.