

07.09.2020

Merkblatt zum Training und Wettkampf während der Corona-Pandemie



Der Trainingsbetrieb ist in verschiedenen Bereichen gestartet. Der Prozess der Lockerungen ist dynamisch und somit ist es notwendig das Merkblatt entsprechend anzupassen. Die **Gesundheit** der Übungsleiter, Trainer und Kursteilnehmer steht dabei im **Mittelpunkt**.

Im Rahmen der zweiten Landesverordnung zur 11.

Coronabekämpfungsverordnung vom 11.09.2020 des Landes RheinlandPfalz ist es ab dem 15.7.2020 wieder erlaubt Training u. Wettkampf unter Beachtung der Schutzmaßnahmen auch in Kontaktsportarten in festen Gruppen von max.30 Personen ohne Einhaltung des Mindestabstandes durchzuführen. Diese Regelungen gelten bis einschließlich 31.10.2020.

Ab sofort nehmen auch die Gruppen in den diversen Hallen ihren Trainingsbetrieb auf. Zudem gibt es für den Sportplatz bei Spielen nochmals ein gesondertes Hygienekonzept. Welches ihr jederzeit auf unserer Homepage nachlesen könnt. Weitere Details folgen im Merkblatt.

Bitte das Merkblatt vor dem ersten Training durchlesen und den bringt bitte den unterschriebenen unteren Abschnitt zum

Training mit.

Vielen Dank



1. Gesundheitszustand

Grundsätzlich gilt für jeden Sportler, nur trainieren, wenn man sich fit und gesund fühlt.

Folgende Punkte kommen aktuell hinzu:

- Liegt eines der folgenden Symptome vor, solltest du nicht zum Training kommen und zu Hause bleiben bzw. einen Arzt kontaktieren: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, Durchfall, sämtliche Erkältungssymptome.
- Die gleiche Empfehlung gilt, wenn Symptome bei anderen im eigenen Haushalt vorliegen.
- Bei positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt muss die betreffende Person mindestens 4 Wochen aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.
- Der Gesundheitszustand wird zu Beginn des Trainings von den Übungsleitern abgefragt.
- Personen aus Risikogruppen bitten wir nach ihrer persönlichen Situation abzuwägen, ob Sie unter den genannten Regeln zum Training kommen möchten.

2. Organisatorische Umsetzung

- Die Trainer*innen und Vereinsmitarbeiter*innen informieren die Trainingsgruppen über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften.
- Den Anweisungen der Verantwortlichen zur Nutzung des Sportgeländes ist Folge zu leisten.



- Bitte meldet Euch rechtzeitig, ob ihr am Training teilnehmen könnt bei eurem Übungsleiter*innen, damit das Training entsprechend geplant werden kann.
- Bei jedem Training wird eine Teilnehmerliste geführt.
- Bitte verzichtet möglichst auf Fahrgemeinschaften.
- Bitte kommt frühestens 10 Minuten vor Trainingsbeginn.
- Alle Teilnehmer*innen kommen bereits umgezogen zum Training.
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause.

3. Distanzregeln einhalten

- Ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren zu reduzieren. Mit zunehmender Trainingsintensität sollte der Abstand auf 3,0 Meter verdoppelt werden.
- Bei Trainingsgruppenwechseln soll darauf geachtet werden, dass die Gruppen verschiedene Laufwege wählen.
- Zuschauer sind nicht gestattet! Eltern, die Ihre Kinder zum Sport bringen und abholen werden gebeten sich möglichst kurz um das Trainingsgelände aufzuhalten. Natürlich immer unter Wahrung der Abstandsregeln.
- Vor und nach dem Training ist auf die Wahrung der Abstandsregeln zu achten!
- Beim Training auf dem Sportplatz: max. eine Trainingsgruppe (Mannschaft, Lauftreff, Kinderlauftreff) darf den Platz nutzen. Je Platzhälfte max. 2 Gruppen á 30 Personen



(inkl. Trainer) wobei die Gruppen bei den einzelnen Trainingseinheiten möglichst aus den gleichen Teilnehmern bestehen sollten.

Bei Kontaktsportarten wie z.B. Fußball dürfen Training und Wettkampf unter Beachtung der Schutzmaßnahmen in festen Gruppen von max 30 Personen ohne Einhaltung des Mindestabstandes stattfinden.

Außerhalb des Platzes ist der Mindestabstand von 1,5 m weiterhin einzuhalten.

Bei Trainingsspielen mit Gastmannschaften und bei Wettkampfspielen sind entsprechende Maßnahmen zur Streuung des Zutritts und zur Wahrung des Abstandsgebotes zu treffen, dazu gehören u.a. angemessene ausgeschilderte Wegekonzepte.

Ein entsprechendes Hygienekonzept ist erstellt und kann auf unserer Homepage www.svhoenningen.de und am Sportplatz eingesehen werden.

4. Hygieneregeln beachten

- Am Sportplatz selbst steht eine Waschgelegenheit mit Seife für vor und nach dem Training zur Verfügung. Bitte den Raum nur mit einer Person betreten!
- Desinfektionsmöglichkeiten werden am Sportplatz vorgehalten und sind entsprechend zu nutzen.
- Generell gilt es die Hygienemaßnahmen der BZgA entsprechend zu beachten

<https://www.infektionsschutz.de/fileadmin/infektionsschutz.de/D>



[downloads/200326_BZgA_AtemwegsinfektionHygiene_schuetzt_A4_DE_RZ_L_Anzicht.pdf](#)

- Keine körperlichen Begrüßungsrituale
- Wenn benötigt eigene Getränkeflasche mitbringen, die zu Hause gefüllt wurde
- Kein Abklatschen, in-den -Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.
- Mitbringen der eigenen Gymnastikmatte, des eigenen Trainingsgerätes wie z.B. Step-Aerobic.
- Werden Trainingsgeräte eingesetzt, wie z.B. Gymnastikbälle oder sonst. Kleingeräte, so sind diese vor und nach dem Training zu desinfizieren.
- Beim Fußball sollte der Ball möglichst nur mit dem Fuß gespielt werden. Vor und nach dem Training werden genutzte Trainingshilfen gereinigt und desinfiziert.

5. Besonderheiten beim Kinder-/Jugendtraining

Sofern Unterstützung für die Trainingsaktivitäten und/oder Toiletteneinrichtungen erforderlich ist, darf ein Elternteil/Erziehungsberechtigter am Sportgelände anwesend sein. Für diese Person gelten ebenfalls die dort herrschenden organisatorischen und hygienischen Maßgaben. Ansonsten dürfen keine weiteren Personen wie z.B. wartende Eltern anwesend sein.



6. Konsequenzen bei Nichteinhaltung der Regeln

Personen, die nicht zur Einhaltung dieser Regeln bereit sind, ist im Rahmen des Hausrechts der Zutritt oder Aufenthalt zu verwehren. Personen mit einer erkennbaren Ateminfektion ist im Regelfall der Zugang zu verwehren.

7. Änderungen

Sobald Änderungen bzgl. der Coronabekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz vorliegen bzw. Leitplanken und Empfehlungen der entsprechenden Sportverbände, werden wir das Merkblatt entsprechend anpassen und euch entsprechend informieren.

8. Informationen und Fragen

Habt ihr Fragen, oder benötigt weitere Informationen? So wendet euch bitte an Eure Trainer*innen.

Regelungen für den Hallenbetrieb

- Auch im Innenbereich ist der Trainings- und Wettkampfbetrieb in festen Kleingruppen von insgesamt bis zu 30 Personen auch in Kontaktsportarten zulässig. In allen anderen Bereichen gelten die Abstandsregeln gem. der Coronabekämpfungsverordnung. Sofern mit einem



vermehrten Aerosolausstoß zu rechnen ist, ist der Mindestabstand der Personen zu verdoppeln.

- Das bedeutet für den SV Hönningen:

Turnhalle der GS Ahrbrück:

Zumba: Teilnehmerzahl max. 24 Personen (inkl. ÜL)

Rückenfit: max. 24 Personen (inkl. ÜL)

„Krabbelgruppe“ (Volleyball und Krafttraining): max. 24
Personen (inkl. ÜL.)

DüNaLü Dümpelfeld:

BBP : 13 Personen (inkl. ÜL)

Step: 9 Personen (inkl. ÜL)

Pfarrheim Hönningen:

Seniorenfit: max. 7 Personen (inkl. ÜL)

Altes Kloster Kesseling:

Seniorenfit: max.13 Personen (inkl. ÜL)

-Organisation des Trainingsbetriebes im Innenbereich

- die Kontaktdaten aller Personen



(Name, Vorname, Telefonnummer) sowie der Zeitpunkt des Betretens und Verlassens der Sportstätte sind nach Einholung des Einverständnisses zur Ermöglichung einer

Kontaktnachverfolgung zu dokumentieren. Die

Erfassung der Daten erfolgt mittels Teilnehmerlisten.

Diese werden 1 Monat beginnend mit dem Tag des

Besuchs aufbewahrt und im Anschluss unter Beachtung der DSGVO vernichtet.

- Alle Personen, müssen sich bei Betreten des Gebäudes die Hände zu desinfizieren.
- Alle Personen, müssen bis zum Trainingsplatz einen Mund-Nasen-Bedeckung tragen.
- Es ist beim Eintreten, Verlassen und in den Umkleiden darauf zu achten, den Abstand von 1,5 m einzuhalten.
- Die Mitnahme von Gegenständen ist auf das für die Sportausübung Notwendige zu reduzieren.
- Bitte eigene Gymnastikmatte bei Bedarf mitbringen



- Während der Trainingseinheit bleiben die Fenster geöffnet.
- Trainingsgeräte sind nach der Benutzung mit einem fettlösenden Haushaltsreiniger zu reinigen oder mit einem begrenzt viruziden Mittel zu desinfizieren.

- **Besonderheiten Turnhalle Ahrbrück:**

Für die Teilnehmer der Kurse Zumba und Rückenfit ist die Umkleide geradeaus vom Eingang zu nutzen unter Wahrung der Abstandsregeln. Vor und nach Benutzung der Halle durch eine andere Gruppe ist zu lüften.

Die Teilnehmer der „Krabbelgruppe“ nutzen die Umkleide links vom Eingang.

07.09.2020

Merkblatt zum Training und Wettkampf während der Corona-Pandemie



(Vor- und Nachname)

(Straße und Hausnummer)

(PLZ Ort)

(Telefonnummer)

Hiermit bestätige ich,
das Merkblatt des SV Hönningen zum Training während der
Corona-Pandemie zur Kenntnis genommen zu haben und
erkenne die damit verbundenen Regeln an. Mir ist bekannt,
dass auch bei Durchführung des Sportes in der Gruppe unter
Einhaltung aller Hygiene-u. Verhaltensregeln für mich ein
Restrisiko besteht, mich mit dem Coronavirus SARSCoV-2 zu
infizieren.

(Datum, Unterschrift)

Bei Minderjährigen zusätzlich die Unterschrift eines
gesetzlichen Vertreters!

(Datum, Unterschrift ges. Vertreter)