## Turnen/Gymnastik

Ich werde dafür sorgen, dass die Teilnehmer die Desinfektion genau nehmen. Das wir während der gesamten Übungsstunden den Mindestabstand einhalten. Wir werden uns nicht umziehen und nicht Duschen usw. Benötigte Materialien werden desinfiziert und sauber hinterlassen. Ich werde dafür sorgen, dass die gewünschten Listen geführt werden.

Ich habe die Nutzungsbestimmungen gelesen.

Wir verzichten auf Regressansprüche gegenüber der Stadt Nettetal

Ich bin die Corona-Beauftragte für den Turnbereich Erwachsene

**Margret Tüffers** 

Margret Tüffes

Gyan nas tik Musiken Hygiene be

LANDESSPORTBL

NORDRHEIN-WESTER

41334 Meffetal

## Empfehlungen zur Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Leitfaden für Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen

Stand: 12. Mai 2020

Voraussetzung für die Wiedereröffnung des Sportbetriebs in den Sportvereinen sind die Vorgaben der Coronaschutzverordnung des Landes Nordrhein-Westfalen (Stand 11. Mai 2020) mitsamt Anlage. Die folgenden Checklisten/Empfehlungen werden regelmäßig aktualisiert.

Generell sind alle Sport- und Bewegungsangebote des Vereins bzgl. ihrer Durchführbarkeit im Sinne der Einhaltung der Regeln zum Infektionsschutz zu prüfen. Bei Kontakt- oder Mannschaftssportarten müssen weiterhin alternative Trainingskonzepte wie z.B. Lauf-, Athletik-, Zirkeltraining usw. angeboten werden.

Sportartspezifische Vorgaben sind in den <u>>> Übergangsregeln der Spitzensportverbände</u> geregelt und sollten vor der Wiedereröffnung des Trainingsbetriebs in der jeweiligen Sportart herangezogen werden.

Weiterführende Fragen werden im Wegweiser für die Vereine zur Wiedereröffnung des Sportbetriebs sowie in den Empfehlungen für vereinseigene Fitnessstudios und Rehasport-Angeboten und in den FAQs beantwortet.

## Allgemeine Rahmenbedingungen zum Sportbetrieb:

9	
X	Eine Einweisung in die Hygienebestimmungen des Vereins ist erfolgt.
X	In einem Reinigungs- und Desinfektionsplan ist geregelt, wer für die Hygiene in den genutzten Räumlichkeiten/Flächen zuständig ist.
X	Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben angepasst/verkleinert. Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 10m² pro Teilnehmendem.
X	Die Sporteinheiten sollten möglichst in gleichbleibender Besetzung stattfinden (fester Teilnehmerkreis).
X	Zur Verletzungsprophylaxe sollte die Intensität der Sporteinheit an die Gegebenheiten (längere Trainingspause der Teilnehmenden/Athlet*innen) angepasst werden.
X	Mund-Nasen-Schutzmasken und Einmalhandschuhe sollten in ausreichender Menge (ggf. beim Verein) vorrätig sein.



X	Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen sollten Anwesenheitslisten führen, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
X	Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen reinigen und desinfizieren sämtliche bereitgestellten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen). Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.
X	Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
Vähre	end der Trainingseinheit – Checkliste:
X	Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen gewährleisten, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sporteinheit eingehalten wird.
X	Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).
X	Der Mund-Nasen-Schutz kann während der Sporteinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein.
X	Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen.
X	Es werden keine Speisen oder Getränke ausgegeben.
X	Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.
X	Geräteräume sollten nur einzeln betreten werden.
X	Wenn sich Teilnehmende während der Sporteinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden bei dem*der

Trainer\*in/Übungsleiter\*in geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der

Gästen und Zuschauer\*innen ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet. Kinder unter 14 Jahren dürfen durch eine Person begleitet werden.

Toilettenanlagen.