

TSV Feldkirchen
bei München von 1912 e.V.



KONZEPT zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs Abteilung Gymnastik

Trainingsbetrieb des TSV Feldkirchen unter Einhaltung der Abstandsregeln und
Hygienevorschriften
Aktualisierungsdatum **22.09.2020**



Wiederaufnahme des Sports in weiteren Sportstätten:

Ludwig Glöckl - Haus

Mehrzweckhalle an der Grundschule

Gymnastikraum an der Grundschule

Fitnessraum -bleibt noch geschlossen-

Sporthalle in Aschheim - Floorball findet noch nicht statt-

upstairs KJR -bleibt noch geschlossen-

Inhalt

1.	Leitfaden zum eingeschränkten Trainingsbetrieb beim TSV Feldkirchen	3
2.	Maßnahmen zur Umsetzung der Hygienevorschriften im eingeschränkten Trainingsbetrieb.....	4
2.1.	Gesundheitszustand.....	4
2.2.	Minimierung der Risiken	4
2.3.	Organisatorische Voraussetzungen	4
2.4.	Hygiene- und Distanzregeln.....	5
2.5.	Organisatorische Umsetzung	5
2.6.	Einschränkungen bei Trainingsinhalten	7
2.7.	Zuschauer	7
2.8.	Ergänzende Hinweise und Besonderheiten	8

1. Leitfaden zum eingeschränkten Trainingsbetrieb beim TSV Feldkirchen

Der Schutz der Gesundheit steht über allem und die behördlichen Verfügungen sind zu beachten. An ihnen muss sich der Sport, muss sich jeder Verein streng orientieren.

Unter Beachtung behördlichen Verfügungen und der lokalen Gegebenheiten und Strukturen hat der TSV Feldkirchen ein Konzept zum eingeschränkten Trainingsbetrieb erstellt.

Ziel des Konzeptes ist es, einen Trainingsbetrieb unter Einhaltung der aktuellen Hygienevorschriften der Bayerischen Staatsregierung, des Gesundheitsamtes und der Gemeinde Feldkirchen für die Mitglieder der Abteilung Gymnastik des TSV Feldkirchen zu ermöglichen.

Es ist wichtig ein gemeinsames Sporttreiben zu ermöglichen, um so die sozialen Kontakte wieder aufzunehmen und zu stärken. Dabei soll das „Miteinander“ und das „Gemeinschaftsgefühl“ unter Schutz der Gesundheit im Vordergrund stehen.

Aufgrund der Einschränkungen starten wir den Trainingsbetrieb mit Erwachsenensport, zu einem späteren Zeitpunkt folgt der **Kindersport**.

Vor diesem Hintergrund kann ein Trainingsbetrieb unter Einhaltung folgender Maßnahmen wieder stattfinden:

1. Ausübung kontaktloser Indoor-Sportarten
2. Einhaltung des Mindestabstands zwischen zwei Personen von mindestens 1,5 Metern
3. Mund-Nasen-Bedeckung vom Betreten der Sportstätte bis zum Übungsplatz im Gym-Raum bzw. Hallenteil
4. Ausübung in Gruppen von bis zu maximal **25 Personen** (inklusive Trainer/Übungsleiter*in) abhängig von der Raumgröße
5. kontaktfreie Durchführung der Sportübungen
6. Nutzung der Umkleidekabinen ausschließlich zum Wechseln der Schuhe
7. keine Nutzung der Nassbereiche, die Öffnung von WC-Anlagen ist jedoch möglich
8. konsequente Einhaltung der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen, insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten
9. Betreten der Geräteräume ausschließlich durch die Trainer/Übungsleiter*in
10. keine besondere Gefährdung von vulnerablen Personen (Risikogruppen) durch die Aufnahme des Trainingsbetriebes
11. keine Zuschauer in den Gängen Erdgeschoss, Aufenthalt nur unter Einhaltung der Abstandsregeln und mit Mund-Nasen-Bedeckung ausschließlich zum Wechseln der Schuhe vor den Gymnastikräumen
12. Anwesenheitsliste für jede Trainingseinheit ist Pflicht
13. Lüften der Gymnastikräume nach jeder Trainingsstunde
14. Vermeidung von Warteschlangen beim Zutritt zu den Sportstätten
15. keine Nutzung von Gesellschafts- und Gemeinschaftsräumen in der Dreifachsporthalle

2. Maßnahmen zur Umsetzung der Hygienevorschriften im eingeschränkten Trainingsbetrieb

2.1. Gesundheitszustand

- Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben, bzw. einen Arzt aufsuchen: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome.
- Das gleiche Vorgehen gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
- Bei einem positiven Test auf das Corona-Virus (COVID-19) im eigenen Haushalt muss die betreffende Person mindestens 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.
Der Trainer/Übungsleiter*in und der Corona-Beauftragte des Vereins sind umgehend über eine positive Testung im eigenen Haushalt zu informieren.
- Bei einem positiven Test eines Sportlers auf das Corona-Virus (COVID-19) muss die komplette Gruppe, mit der er trainierte, mindestens 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.
Der Trainer/Übungsleiter*in und der Corona-Beauftragte des Vereins sind umgehend über eine positive Testung eines Sportlers zu informieren.

2.2. Minimierung der Risiken

- Nutzung des gesunden Menschenverstandes.
- Bestehen in Bezug auf ein Training oder eine spezielle Übung ein ungutes Gefühl und/oder Unsicherheit über mögliche Risiken, sollte darauf verzichtet werden.
- Bei allem am Training Beteiligten ist vorab der aktuelle Gesundheitszustand zu erfragen und zu dokumentieren.
- Personen, die einer Risikogruppe angehören, dürfen nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen.
- Personen, die mit einer zur Risikogruppe angehörigen Person zusammenleben, sollten auf eine Teilnahme am Training verzichten.

2.3. Organisatorische Voraussetzungen

- Ansprechperson im Verein ist der eingesetzte Corona-Beauftragte, der als Koordinator für sämtliche Anfragen zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs zuständig ist.
- Als Corona-Beauftragter des TSV Feldkirchen bei München von 1912 e.V. wurde **Anton Greipl** durch den Vorstand eingesetzt.
- Trainer/Übungsleiter*in werden umfassend durch den Corona-Beauftragten des Vereins, oder von ihm beauftragte Personen in die Vorgaben und Maßnahmen zum Trainingsbetrieb unterwiesen.
- Die getroffenen Regeln und Hygienevorschriften sind zudem gut ersichtlich am Eingang der Dreifachsporthalle ausgehängt
- und werden vorab allen Beteiligten zur Verfügung gestellt, zum Beispiel in einem Rundbrief per E-Mail, und auf der homepage des TSV Feldkirchen.
- **Dreifachsporthalle**: jeder Gymnastikraum und Hallenteil ist mit Flächendesinfektionsmittel, Händedesinfektionsmittel und Papiertücher ausgestattet.
- **Weitere Sportstätten**: die Trainer/Übungsleiter*in bekommen Desinfektionsmittel, Papiertücher und Handschuhe zur Verfügung gestellt.

2.4. Hygiene- und Distanzregeln

- Händewaschen (mindestens 20 Sekunden und mit Seife) oder alternativ Handdesinfektion vor und direkt nach dem Training ist für jeden Teilnehmer verpflichtend.
- Keine körperlichen Begrüßungs-/Verabschiedungsrituale (z.B. Händeschütteln) durchführen.
- Kein Abklatschen oder in den Arm nehmen.
- Mitbringen eigener Getränkeflasche (beschriftet), die zu Hause gefüllt worden ist.
- Trinkpausen werden unter Einhaltung der aktuell geltenden Abstandsregelung durchgeführt.
- Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen.
- Toiletten sind mit Desinfektionsmitteln zu bestücken.
- Das benötigte Trainingsmaterial beschränkt sich auf das Nötigste.
- Trainingsmaterial wird möglichst vor der Trainingseinheit desinfiziert und im Übungsraum bereitgestellt.
- Nach dem Training werden die verwendeten Trainingsmaterialien möglichst desinfiziert und durch den Trainer unzugänglich für Unbefugte verwahrt.

2.5. Organisatorische Umsetzung

Grundsätze

- Die Trainer/Übungsleiter*in informieren die Trainingsgruppen über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften und Maßnahmen zum Trainingsbetrieb.
- Den Anweisungen der Verantwortlichen (Trainer/Übungsleiter*in, Vereinsmitarbeiter) ist Folge zu leisten.
- Trainer/Übungsleiter*in führen Anwesenheitslisten, um etwaige Infektionsketten besser nachverfolgen zu können. Das Führen der Anwesenheitslisten ist sowohl in Papierform, wie auch in elektronischer Form, z.B. per TeilnehmerApp möglich.
- Zum Trainingsbeginn lässt sich der Trainer/Übungsleiter*in die Symptommfreiheit der Teilnehmer gemäß Punkt 2.1 mündlich bestätigen. Teilnehmer, die das Vorliegen von Symptomen nennen, sind vom Training ausgeschlossen.
- Benutzte gemeinschaftliche Trainingsgeräte werden gesondert abgestellt (entsprechende Beschilderung in den Gym-Räumen beachten) und erst nach 6 Stunden wieder benutzt.
- Dreifachsporthalle : Der jeweilige Trainer/Übungsleiter*in ist ab dem Zugang zum Gymnastikraum/ Hallenteil zu Trainingsbeginn bis zum Verlassen der Teilnehmer für die Umsetzung und Einhaltung der vorgegebenen Maßnahmen verantwortlich.
- Jeder Gymnastikraum muss nach einer Übungsstunde **10 Minuten** stoßgelüftet werden.
- Weitere Sportstätten: Der jeweilige Trainer/Übungsleiter*in ist für die Umsetzung und Einhaltung der vorgegebenen Maßnahmen verantwortlich.
- Lüften der Räume nur wo möglich.

Ankunft und Abfahrt

- Die Teilnehmer reisen möglichst zu Fuß, mit dem Fahrrad oder in privaten PKW einzeln in Sportkleidung an. Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden.
- Ausreichend Abstand zwischen den KFZ zum Ent- und Beladen freihalten. Bei An- und Abreise keine Gruppenbildung am Parkplatz.
- Bringen und Abholen von Kindern nur bis zum bzw. ab dem Eingang Dreifachsporthalle/Mehrzweckhalle an der Grundschule.

- Alle Trainer/Übungsleiter*in und Teilnehmer kommen bereits umgezogen zu den Sportstätten. Straßen/Sportschuhe können Vorort gewechselt werden.

Teilnehmer

- Die Teilnehmer kommen in Sportkleidung zum Training.
- Die Teilnehmer tragen Mund-Nasen-Bedeckung bis zum Erreichen des Übungsplatzes im Gym-Raum/Hallenteil.
- Der Straßen/Sportschuhwechsel erfolgt vor den Gymnastikräumen.
- Für die Hallenteile müssen die Umkleiden zum Schuhwechsel genutzt werden.
- Jeder Teilnehmer bringt sein Handtuch mit.
- Mitgebrachte Getränkeflaschen müssen wieder mitgenommen werden.
- Sportgeräte der Teilnehmer müssen möglichst desinfiziert mitgebracht werden.
- Yogamatten müssen von den Teilnehmern mitgebracht werden und sollten nur mit Handtuchauflage genutzt werden.

Dreifachsporthalle, einschl. Zugang

- Die Nutzung und das Betreten der Dreifachsporthalle sind nur für die Trainingsteilnehmer erlaubt, und nur wenn ein eigenes Training geplant ist.
- Auf allen Allgemeinflächen, wenn mehr als eine Person anwesend sind, Mund-Nasen-Bedeckung anzulegen.
- Die Nutzung von Umkleiden, ~~Duschen~~ und Vereinsräumlichkeiten ist möglich unter Einhaltung der Hygieneregeln.
- **Die Duschen können max. von 2 Personen gleichzeitig genutzt werden unter Einhaltung des mindest Abstands von 1,5m.**
- Der Zugang zu Toiletten, sowie Wachbecken mit Seife ist sichergestellt.
- Das Betreten der Dreifachsporthalle durch Eltern oder Begleitpersonen **oder Zuschauer** ist nicht erlaubt.

Weitere Sportstätten

- Die Nutzung und das Betreten der Sportstätten sind nur für die Trainingsteilnehmer erlaubt, und nur wenn ein eigenes Training geplant ist.
- Auf allen Allgemeinflächen, wenn mehr als eine Person anwesend sind, Mund-Nasenschutz anzulegen.
- ~~Die Nutzung von Kabinen, Duschen ist untersagt.~~ **Die Nutzung von Umkleiden ist möglich unter Einhaltung der Hygieneregeln (mindest Abstand). Die Duschen können max. von 2 Personen gleichzeitig genutzt werden unter Einhaltung des mindest Abstands von 1,5m.**
- Der Zugang zu Toiletten, sowie Wachbecken mit Seife obliegt der Gemeinde.
- Das Betreten der Sportstätten durch Eltern oder Begleitpersonen **oder Zuschauer** ist nicht erlaubt.

Übungsräume/Halle

- Die Trainingsdurchführung hat unter Einhaltung der aktuellen Abstandsregeln stattzufinden.
- Während der Trainings/Übungseinheiten kann auf Mund-Nasenschutz verzichtet werden.
- Die Trainingsstunden enden nach 50 Min. **höchstens 110 Min.** danach muss gelüftet werden.
- Individualzonen für Teilnehmer sind einzurichten.
 - Individualzone dient zur Ablage der Trinkflasche und Gepäckstücken
 - Maße Individualzone= 1m x 1m

- Pro Gymnastikraum sind **max. 12 Personen** + 1 Trainer/Übungsleiter*in erlaubt.
- Pro Hallenteil sind **max. 25 Personen** + 1 Trainer/Übungsleiter*in erlaubt.
- Jeder Teilnehmer bringt sein eigenes Trainingsgerät mit und nimmt es wieder mit nach Hause.
- Übungsaufbauten sollen idealerweise vor Trainingsbeginn durchgeführt werden.
- Auf größere Übungsumbauten während der Trainingszeit soll weitestgehend verzichtet werden.
- Bänke nur mit Abstand nutzen. Stühle, Hocker und Matten mit Handtuch belegen.

2.6. Einschränkungen bei Trainingsinhalten

- Erlaubt sind nur Übungsformen unter Einhaltung des Mindestabstandes.
- ~~Das Training muss zwingend kontaktfrei gestaltet werden.~~
- ~~Ein- oder Zuwürfe sind nicht Gegenstand der Trainingsformen.~~
- Der Mindestabstand ist besonders auch bei wartenden Teilnehmern zu beachten.
- Neben den Übungsformen mit Ball und ohne Gegenspieler können Konditionstraining, Athletiktraining und Individualtraining unter Berücksichtigung der Hygiene- und Abstandsregeln Gegenstand des Trainings sein.
- Benutzte gemeinschaftliche Trainingsgeräte werden gesondert abgestellt und erst nach 6 Stunden wieder benutzt.

Kontaktdatenerfassung

- Um eine Kontaktpersonenermittlung im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19-Falles unter Sporttreibenden, Zuschauern, Besuchern oder Personal zu ermöglichen, ist eine Dokumentation mit Angaben von Namen und sicherer Erreichbarkeit (Telefonnummer oder E-Mail-Adresse bzw. Anschrift) einer Person je Hausstand und Zeitraum des Aufenthaltes zu führen.
- Eine Übermittlung dieser Informationen darf ausschließlich zum Zweck der Auskunftserteilung auf Anforderung gegenüber den zuständigen Gesundheitsbehörden erfolgen. Die Dokumentation ist so zu verwahren, dass dritte sie nicht einsehen können und die Daten vor unbefugter oder unrechtmäßiger Verarbeitung und vor unbeabsichtigtem Verlust oder unbeabsichtigter Veränderung geschützt sind. Die Daten sind nach Ablauf eines Monats zu vernichten. Die Teilnehmer sind bei der Datenerhebung entsprechend den Anforderungen an eine datenschutzrechtliche Information gem. Art. 13 der Verordnung (EU) 2016/679 in geeigneter Weise über die Datenverarbeitung zu informieren.
- Die Kontaktdatenerfassung erfolgt beim TSV Feldkirchen händisch (Zettel, Stift).

2.7. Zuschauer

- Die Anwesenheit von Eltern, Zuschauern beim Trainingsbetrieb ist ausgeschlossen.
- Zuschauer sind nur beim Spielbetrieb erlaubt.
- Bei den Spielen erfolgt eine strikte Erfassung und Kontrolle der Zuschauer direkt am Haupteingang zum Sportgelände durch einen eingeteilten Zugangsverantwortlichen. Dieser ist 2 Tage vor Spielbeginn dem Platz-/Kabineneinteiler zu melden. Dies erfolgt schriftlich durch den hauptamtlichen Trainer der am Spiel beteiligten Heimmannschaft.
- Die maximal zulässige Zuschauerzahl beträgt grundsätzlich 200.

- Am Spiel beteiligte Personen (Spieler, Trainer, Funktionspersonal etc.) zählen nicht als Zuschauer.
- Es erfolgt eine klare und strikte Trennung von Sport- und Zuschauer-Bereichen
- Die Toiletten für die Zuschauer befinden sich in der Dreifachsporthalle. Im Innenbereich der Dreifachsporthalle ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.
- Möglichkeiten zum Händewaschen und/oder desinfizieren sind bereitzustellen.

2.8. Ergänzende Hinweise und Besonderheiten

- Aushang der Vorgaben, Regeln und Hygienevorschriften erfolgt im Schaukasten der Dreifachsporthalle
- Dieses Konzept zum „eingeschränkten Trainingsbetrieb“ ist auf der Homepage des TSV Feldkirchen unter www.tsvfeldkirchen.de einsehbar.