



Checkliste für den Trainingsbetrieb 2020 während der Corona-Pandemie (COVID-19) für Übungsleiter

Liebe ÜbungsleiterInnen des Turn-Team Sickingen e.V.,

es ist schön, dass Ihr uns auch in dieser besonderen Zeit unterstützt. Für einen sicheren Trainingsbetrieb ist ein verantwortungsvoller Umgang notwendig und neben den allgemeinen Infektionsschutzmaßnahmen, möchten wir auf folgende verbindliche Vorgaben ausdrücklich hinweisen:

- Die Leitplanken des DOSB sind stets einzuhalten und der Fragebogen SARS-CoV-2 Risiko ist vor Teilnahme jedes Mitgliedes verbindlich auszufüllen.
- Alle Hinweise des Vereins an die TrainerInnen, siehe Anpassung des Trainingsbetriebs, sind obligatorisch.
- Es dürfen zu keiner Zeit mehr als 30 Personen in der Halle sein.
- Neue Gruppen dürfen die Halle erst nach Verlassen der vorherigen Gruppe, ausgiebigem Lüften und Desinfektion des jeweiligen Bereichs betreten.

Verstöße gegen die Vorgaben führen zum sofortigen Ausschluss der gesamten Trainingsgruppe sowie deren Übungsleiter vom Trainingsbetrieb!

Maßnahmen vor dem Training

- mindestens 15 Minuten vor Trainingsbeginn in der Halle sein
- Querlüftung der Halle sicherstellen
- Wartebereich vor der Halle einrichten (2m-Abstände mit Hütchen)
- Anwesenheitsliste der Trainingsgruppe vorbereiten
- Ausgänge vor Trainingsbetrieb verschließen, sodass Einbahnstraßensystem gewährleistet ist
- Geräteaufbau vorbereiten und Desinfektion sicherstellen

Maßnahmen zu Beginn des Trainings

- Abholen der Trainingsgruppe aus dem Wartebereich **mit Mund-Nasenschutz**
- Begrüßung der Teilnehmer mit Abfrage des Gesundheitszustandes und prüfen der Vollständigkeit des persönlichen Trainingsmaterials (Desinfektionsmittel, Socken und Schlappchen, ggf. Magnesiabeutel, Baumwollhandschuhe...) → ggf. Ausschluss einzelner Personen
- Begleitung der Trainingsgruppe zu Trainingsbereich und Ablage der Sportsachen in persönlich zugewiesenen Zonen
- Nutzung der Umkleide ausgesprochen – dürfen nur für Toilettengang betreten werden



- Handdesinfektion oder Hände waschen, wenn nur 1 Gruppe in der Halle ist
- Organisatorische Abläufe klären und Zuweisung der Trainingsbereiche für Personen

Maßnahmen während des Trainings

- im Fitnessbereich und zur Erwärmung stets eigene Matten (Iso-/Fitnessmatten) nutzen und an festen Orten trainieren
- allg. Vorgaben stets kontrollieren und einhalten:
 - Distanzregeln
 - keine Hilfestellung, nur im äußersten Notfall eingreifen - Eigenschutz!
 - nur sicher beherrschte Elemente trainieren
 - Desinfektion beim Gerätewechsel
 - nur 1 Person im Toilettenbereich und Desinfektion dieser nach Nutzung
- gemeinsame Trinkpausen in persönlichen Zonen schaffen

Maßnahmen am Ende des Trainings

- Desinfektion der benutzten Geräte sicherstellen
- Desinfektion der persönlichen Zonen beim Verlassen sicherstellen
- Querlüftung der Halle sicherstellen
- Begleiten der Übungsgruppe zum Ausgang (doppelflügeliger Notausgang der Halle), um ein zügiges und pünktliches Verlassen der Halle sicherzustellen – Gespräche im Freien!
- Bei (Eltern-)Gesprächen in Freien Distanzregeln beachten und **ggf. Mund-Nasenschutz** anlegen!

Maßnahmen nach dem Training

- Wartebereich vor der Halle abbauen
- Anwesenheitsliste der Trainingsgruppe vervollständigen
- Desinfektion aller Türklinken, Griffflächen, benutzte Turngeräte (wenn bei Trainingsende nicht erfolgt), ...sowie des Toilettenbereichs
- Beim Verlassen der Halle als letzte Trainingsgruppe die Fenster schließen und die Anwesenheitsliste des Tages in den Briefkasten des TTS einwerfen
- fehlende Utensilien an vorstand@tt-sickingen.de melden.

Vielen Dank für die vertrauensvolle und pflichtbewusste Zusammenarbeit!

Eure Vorstandschaft

Turn-Team Sickingen e.V.