

DJK Pluwig/Gusterath Turnabteilung:

Corona-Hallensportkonzept – Stand 22.08.2020 – gültig bis auf Widerruf

Die Regeln des „[Hygienekonzept für den Sport im Innenbereich](#)“ auf Grundlage der 10. Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz (10. CoBeLVO – Stand 19.6.2020), die Nutzungsvereinbarung Hallen der [Verbandsgemeinde Ruwer](#) (Stand 19.08.2020. - gültig für Sporthalle Pluwig) und der [Ortsgemeinde Gusterath](#) (Stand 14.8.2020 - gültig für Bürgerhaus Gusterath) sowie die Empfehlungen des Deutschen Turnerbundes (Stand 14.7.2020) für die [DTB-Sportarten](#), den [Fitness- und Gesundheitssport](#) und das [Kinderturnen](#) wurden den Übungsleitern der einzelnen Turngruppen kommuniziert und sind für die Mitglieder auf der Homepage der DJK Pluwig/Gusterath unter [Turnabteilung/News](#) einsehbar. Zusätzlich werden diese in den Hallen in Pluwig und Gusterath zum Nachlesen ausgehangen.

Die Übungsleiter verpflichten sich, die entsprechenden Regelungen einzuhalten und den Teilnehmern zu kommunizieren und bei Nichtbeachtung die Teilnehmer entsprechend zu ermahnen. Personen, die nicht zur Einhaltung dieser Regeln bereit sind, ist im Rahmen des Hausrechts der Zutritt oder Aufenthalt zu verwehren.

Jeder Teilnehmende muss nachfolgende Voraussetzungen erfüllen und bestätigt diese mit Betreten der Sportanlage vor Beginn der Sporeinheit:

- Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- **Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen (nach der behördlich angeordneten Quarantäne) und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen.**
- Für Personen, die auf dem Land-, See-, oder Luftweg aus einem Risikogebiet für Infektionen mit dem Coronavirus nach Rheinland-Pfalz einreisen oder sich in den letzten 14 Tagen vor der Einreise in einem Risikogebiet aufgehalten haben, gilt die Quarantänepflicht. Wer sich in einem Risikogebiet aufgehalten hat, darf ebenfalls frühestens nach 14 Tagen wieder am Training teilnehmen. Von dieser Pflicht ausgenommen sind Personen, die sich in dem Zeitraum von 48 Stunden vor der Einreise oder innerhalb von 72 Stunden nach der Einreise testen lassen und ein negatives Testergebnis vorlegen können.
- Die kommunizierten o. g. Hygieneregeln wurden zur Kenntnis genommen und werden eingehalten.

Jeder Teilnehmende hält folgende Hygieneregeln während der Trainingseinheit ein:

- Vor und nach der Sporeinheit muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden (auf dem Weg bis zum zugewiesenen Platz in der Halle und beim Verlassen der Halle).
- Evtl. Einbahnstraßenregelungen müssen eingehalten werden
- Eltern, die ihre Kinder zur Halle bringen oder abholen, warten draußen am jeweiligen Ein-/Ausgang mit Mundschutz oder im Auto. Bei den Kindergruppen wird ein Übungsleiter/Helfer draußen die Kinder in Empfang nehmen und ein Übungsleiter/Helfer in der Halle die Kinder in Empfang nehmen – ebenso beim Verlassen der Halle. Daher bitten wir die Teilnehmer pünktlich zu kommen, um den Ablauf nicht zu stören.
- Beim Betreten der Sporthalle und ggfs. in den Pausen oder nach einem Gerätewechsel sind die Hände zu desinfizieren oder zu waschen. Barfußturnen sollte möglichst vermieden werden – wer dennoch barfuß turnt, muss sich nach jedem Gerätewechsel auch die Füße desinfizieren.
- Die Toilettenanlage darf nur einzeln betreten werden. Die Umkleidekabinen und Nassräume dürfen nicht benutzt werden.
- Jegliche Körperkontakte, z. B bei der Begrüßung müssen unterbleiben.
- Die Teilnehmenden sollen in Sportkleidung in die Halle kommen und ihre eigenen Handtücher und Getränke zur Sporeinheit mitbringen. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden im Abstand von mindestens 1,5 m auf den Bänken am Rand der Halle abgestellt. Jeder Teilnehmer sollte ein eigenes Handtuch zum Abwischen von Schweiß mitbringen.
- Die Teilnehmenden halten den Mindestabstand von 1,5 m während der gesamten Sportstunde ein (bzw. 1 Person pro 10 qm). Mit zunehmender Trainingsintensität sollte der Abstand wegen der gesteigerten Ausatmung (bis zu 2 m) vergrößert werden.
- In Kontaktsportarten oder im Kinderturnen, wo evtl. Abstände nicht einzuhalten sind oder wo Hilfestellungen gegeben werden müssen, ist die Gruppengröße auf 30 Personen (inkl. Trainer) zeitgleich in der Sporthalle begrenzt.
- Die Übungsleiter reduzieren Hilfestellung auf ein Minimum und müssen hierbei einen Mundschutz tragen.
- Auf Partnerübungen sollte verzichtet werden.

- Eigene Gymnastikmatten (und ggfs. auch sonstige Kleingeräte, z. B. Hanteln, Therabänder) sind möglichst mitzubringen – wer keine eigenen Geräte besitzt, bekommt diese für die Dauer der gesamten Trainingseinheit fest aus dem Bestand der Halle zugewiesen (bitte bei Gymnastikmatten zusätzlich ein eigenes Handtuch mitbringen und über die Matte legen).
- Nach Gebrauch sind alle Kleingeräte und Gymnastikmatten aus dem Hallenbestand zu desinfizieren. Auf Nachfrage beim Deutschen Turnerbund müssen Großgeräte (z. B. Bodenläufer, Schwebebalken, Barren etc.) nicht desinfiziert werden. Daher muss umso genauer auf das Händewaschen/-desinfizieren (und ggfs. Füße) geachtet werden.

Zwischen den Sporteinheiten der einzelnen Gruppen ist eine Pause von 15 Minuten vorgesehen werden, um einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen und die Halle entsprechend zu lüften. Daher werden die Trainingszeiten von aufeinander folgenden Gruppen entsprechend angepasst (voraussichtlich endet Gruppe **A 1** 10 Minuten früher und Beginn Gruppe **B 2** 5 Minuten später). Entsprechende Trainingszeitänderungen werden über die Trainer kommuniziert.

Ggfs. müssen aufgrund der beschränkten Gruppen- und Hallengrößen die Übungsleiter die Gruppen teilen oder das Training in Hallensport und Sport im Freien splitten. Eine Information an die Teilnehmer erfolgt über den jeweiligen Übungsleiter.

Die Übungsleiter müssen Anwesenheitslisten führen (**Datum + Ort + Zeit der Trainingsstunde; Name des Übungsleiters;** Name, Anschrift, Tel.Nr. **und** Email-Adresse des TN), sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können. **Die Daten dienen ausschließlich zur Nachverfolgung im "COVID-Fall" und werden anderweitig nicht weitergegeben. Der Vorstand stellt den Übungsleitern zum Abgleich der Adressdaten über die Abteilungsleitung eine Liste der angemeldeten Mitglieder zur Verfügung, um evtl. Differenzen vor Beginn der Stunde zu klären.** Bei jungen Menschen bis 18 Jahren ist die Vorlage einer Einverständniserklärung der Eltern vor Beginn der ersten Stunde erforderlich.

Schnupperstunden sind nur nach vorheriger Absprache mit dem jeweiligen Übungsleiter einer Gruppe möglich - unter Angabe der kompletten Kontaktdaten. Da die Gruppengrößen in einigen Gruppen jedoch reduziert oder gesplittet werden müssen, sind in einigen Gruppen (z. B. im Kinderturnen) momentan keine Schnupperstunden möglich.

Im Infektionsfall ist umgehend das Gesundheitsamt, die Turnabteilungsleitung (Silke Kruft/Vertretung Elfriede Nauroth) und die Übungsleiterin der jeweiligen Gruppe zu benachrichtigen.

Verantwortlich für die Einhaltung des Hygienekonzeptes ist die Turnabteilungsleitung, Silke Kruft.

Dieses Corona-Hallensportkonzept ist gültig bis zum Erscheinen einer aktualisierten Corona Verordnung und wird dann zeitnah von den Verantwortlichen aktualisiert und auf der DJK-Homepage und in den Hallen veröffentlicht.

Kontakt:

DJK Pluwig/Gusterath

Turnabteilung

Abteilungsleitung Silke Kruft, email krufts@freenet.de, Tel. 06588 982760 oder mobil 0174 9195183 oder Elfriede Nauroth, email djkpluwiggusterath@gmx.de , Tel. 06588 508.