

Hygienekonzept Gymnastik, Fitness- und Gesundheitssport

gem. dem Mindestrahmen „Rahmenhygienekonzept Sport“ des Bayerischen Staatsministerium des Innern, Sport und Integration sowie der „Leitplanken“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB).

Allgemeines:

- Es gilt das „Allgemeine Hygienekonzept zur Nutzung der Turnhalle“ und das „Hygienekonzept Gymnastik, Fitness- und Gesundheitssport“. Beide Konzepte werden den Teilnehmern der Sportgruppe einmalig gegen Unterschrift auf der Empfangsbestätigung ausgehändigt

Generelle Sicherheits- und Hygieneregeln:

- Der Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen den Personen ist im In- und Outdoorbereich stets einzuhalten.
- Jeglicher Körperkontakt (z. B. Begrüßung, Verabschiedung, etc.) ist untersagt.
- Teilnehmende, die Krankheitssymptome aufweisen, wird die Teilnahme an der Sportstunde untersagt. Eine Teilnahme ist ebenfalls nicht möglich, wenn der/die Teilnehmende in den letzten 14 Tagen Kontakt zu COVID-19-Fällen hatte
- Die Teilnehmenden werden regelmäßig darauf hingewiesen, ausreichend Hände zu waschen und diese auch regelmäßig zu desinfizieren. Für ausreichende Waschgelegenheiten, Flüssigseife und Einmalhandtücher ist gesorgt.
- Vor und nach der Sportstunde (z. B. Eingangsbereiche, WC-Anlagen, Abholung und Rückgabe von Sportgeräten etc.) gilt eine Maskenpflicht.
- Durch die Benutzung von Handtüchern und Handschuhen wird der direkte Kontakt mit Sportgeräten vermieden. Nach Benutzung von Sportgeräten werden diese durch den Teilnehmenden selbst gereinigt und desinfiziert. Bei Hilfestellungen sind bestmöglich Handschuhe und eine Maske zu tragen. Generell werden die Trainer angehalten, die Stunden ohne Hilfestellungen durchzuführen.
- Die Belüftung erfolgt über die Lüftungsanlage, wobei der Außenluftanteil so weit wie möglich erhöht werden sollte. Nach Gruppenwechsel bzw. maximal 120 Minuten Trainingsbetrieb ist durch zusätzliches Öffnen der Türen und Fenster für ausreichend Frischluftaustausch zu sorgen. Während des Sportbetriebes kann durch Öffnen der Türen und Fenster zur Südseite für Belüftung gesorgt werden.
- Der Übungsleiter führt eine Anwesenheitsliste je Sportstunde. Die Anwesenheitslisten werden 4 Wochen vom Übungsleiter bzw. Corona-Beauftragten der Trainingsgruppe aufbewahrt.
- Pausen werden in ausreichend gekennzeichneten Flächen durchgeführt, die im Anschluss gereinigt werden.
- Geräteräume werden nur einzeln und zur Geräteentnahme und -rückgabe betreten. Sollte mehr als eine Person bei Geräten (z. B. großen Matten) notwendig sein, gilt eine Maskenpflicht.
- Bei Fahrgemeinschaften sind Masken im Fahrzeug zu tragen sind.
- Während der Sportstunde sind Zuschauer untersagt.
- Nach Ende der Sportstunde erfolgt die unmittelbare Abreise der Teilnehmenden.