



Wichtige Informationen zum Sportbetrieb ab dem 14. September 2020!

A. ALLGEMEINES

Die nachfolgenden Hygieneregeln sind an die Laufzeit der Landesverordnung des Landes Baden-Württemberg gekoppelt und gelten vorerst bis zum 31. Januar 2021.

B. HYGIENEREGELN

Bitte beachtet, dass in allen Situationen, die wir nicht explizit regeln, ihr aufeinander achten müsst, so dass jeder seinen persönlichen Radius (1,5 Meter) um sich herum sowie den der anderen wahrt und sicherstellt. Ansonsten gelten folgende Regeln:

- Nicht im Eingangsbereich warten oder aufhalten. Sollte die Turnhalle noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.
- Nach Betreten der TV-Halle bzw. direkt vor der Sportstunde gründlich Hände mit Seife waschen (20-30 Sekunden) oder desinfizieren. Das gilt auch nach jedem Toilettengang.
- Husten- und Niesetikette bewahren. Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegdrehen.
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere nicht die Schleimhäute berühren, d.h. nicht an Mund, Augen oder Nase fassen.
- Keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln praktizieren.
- Bei Krankheitszeichen (Erkältung, erhöhter Körpertemperatur oder Verdacht auf Atemwegsinfektion) jeglicher Art bitte nicht zum Training kommen.
- Diejenigen von euch, die an einer Vorerkrankung leiden und zu einer Risikogruppe gehören, sollten nicht am Unterricht teilnehmen.
- Die Turnhalle darf für den Publikumsverkehr nicht geöffnet werden.



- Bitte verzichtet auf Fahrgemeinschaften.
- Wertsachen und Trinkflaschen müssen mit in die TV-Halle bzw. Spiegelsaal mitgenommen werden, bei Trinkpausen bitte ebenfalls auf den geforderten Mindestabstand achten.
- Bitte bringt notwendige Hilfsmittel (Gymnastikmatte, Handtuch, Thera Band) selbst zum Training mit. Sollten darüber hinaus weitere Kleingeräte (Hantel, Bälle) des TVs notwendig sein, müssen diese nach jedem Gebrauch gründlich desinfiziert werden.
- Der Aufenthalt in Toiletten, Duschen und Umkleiden ist so zu begrenzen, dass ein Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen den Nutzerinnen und Nutzern eingehalten werden kann. Der Aufenthalt in Duschen und Umkleiden ist zeitlich auf das unbedingt erforderliche Maß zu begrenzen. Unsere Empfehlung: Schon umgezogen in den Sportunterricht kommen und die Umkleiden und Duschräume weiterhin meiden.

C. RAUMKONZEPT

Darüber hinaus gibt es ein gesondertes Raumkonzept, welches ebenfalls eingehalten werden müsste:

- Bitte verwendet ausschließlich den Sportlereingang für das Betreten der Halle. Die nachfolgende Trainingsgruppe darf das Sportgelände erst betreten, wenn die vorhergehende Trainingsgruppe das Gelände vollständig verlassen hat.
- Nach dem Training bitte umgehend die Halle/ den Spiegelsaal verlassen. Dafür bitte den vorgesehenen Ausgang (=Haupteingang, nicht Sportlereingang) verwenden und Ansammlungen im Außenbereich/Parkplatz vermeiden.
- Gemeinsames Treffen und Austausch sowie Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder Nachgang des Trainings sind untersagt. Im öffentlichen Raum gelten die behördlichen Auflagen.

Sollten weitere Unklarheiten bestehen, dann wendet euch bitte an euren zuständigen Übungsleiter/In. Vielen Dank!

Eure Vorstandschaft, September 2020