



Corona-Hygienekonzept der Abteilung Fitness des SV Heimstetten

Stand: 01.09.2020

1. Sport ist schön – Gesundheit ist wichtiger

Der Sportbetrieb in unserer Abteilung kann aktuell nur sehr eingeschränkt stattfinden. Wir müssen uns an die Vorgaben der Gesundheitsbehörden und der Gemeinde halten und versuchen insgesamt die Risiken für eine Ansteckung beim Sport, in den Sportstätten und in den Gebäuden des Vereins zu minimieren. Die folgenden Regeln sind absolut verbindlich und strikt einzuhalten. Die Übungsleiter und Corona-Beauftragten sind angehalten bei Zuwiderhandlung oder Mißachtung der Regeln die Betroffenen vom Sport auszuschließen und des Geländes zu verweisen.

2. Allgemeine Regeln

Folgende Regeln sind grundsätzlich zu beachten:

- Jede Abteilung benennt mindestens einen Corona-Beauftragten, der/die für die Formulierung und Einhaltung der Regeln verantwortlich ist, und für Fragen zur Verfügung steht.
- Halten Sie die Mindestabstände von 1,5 m ein. Vermeiden Sie jeden Körperkontakt und sonstige Situation, die zu einer Übertragung des Virus führen können. Beachten Sie bitte, dass nach heutigem Kenntnisstand, das Virus sich auch lange in der Luft halten kann, und über kleinste Partikel übertragen werden kann.
- Desinfizieren Sie ihre Hände durch intensives Händewaschen oder durch ein Desinfektionsmittel vor dem Betreten des Geländes, danach und idealerweise auch zwischendurch
- Sportgeräte sind VOR und NACH der Benutzung zu desinfizieren. Versuchen Sie die Nutzung von Sportgeräten insgesamt zu minimieren.
- In der ersten Woche des Sportbetriebs, muss zu jeder Zeit ein Corona-Beauftragter vor Ort sein, um die Sportteilnehmer auf eventuelle Probleme hinzuweisen.
- Alle Teilnehmer einer Trainingsgruppe müssen mit Namen und Telefonnummer erfasst werden. Die Erfassung nimmt der Übungsleiter vor, damit der Stift nicht von Hand zu Hand geht.
- Die Umkleiden sind bis auf weiteres geschlossen. Kommen Sie in Sportkleidung zum Gelände und Duschen Sie bitte zuhause.



- Vermeiden Sie Fahrgemeinschaften und sonstige Kontakte um das Sportgeschehen herum.
- Bilden Sie keine „wartenden Elterngruppen“
- Bleiben Sie in jedem Fall zu Hause, wenn Sie sich krank fühlen. Insbesondere Fieber, Atembeschwerden und Halsbeschwerden könnten bedeuten, dass Sie sich infiziert haben.
- Bleiben Sie in jedem Fall zu Hause, wenn Sie getestet wurden und noch kein Ergebnis oder gar ein positives Testergebnis erhalten haben.

3. Regeln für die Abteilung

- **Corona Beauftragte/r:** Die Corona-Beauftragten für die Abteilung sind:
 - Andrea Böttl, andreaboeltl@t-online.de, 0174/9673785 – Abteilungsleitung
 - Claudia Netzer, netzerc@web.de, 0175/5793001 – stellvertr. Abteilungsleitung
 - Gisela Hutter, huttergisela@gmail.com, 0176/51450177 – Mo 17 – 19 Uhr
 - Yvonne Havenstein, YvonneHavenstein@gmx.de, 01578/5920570 – Mo 17 – 19 Uhr und Mi 16 – 17 Uhr
 - Camilla Attenberger, camilla.attfi@gmx.net, 0163/6121997 – Mo 19 – 20 Uhr
 - Thomas Grotowski, thomas.grotowski@web.de, 0170/7757382 – Fr 18 – 19.30 Uhr
 - Evelyn Metzmacher, evelyn-metzmacher@posteo.de, 0176/56790496 – Do 20–21.30 Uhr
 - Verena Voit, verenavoitv@gmail.com, 01512/1289803 – Mi 17 – 18 Uhr
 - Gabi Völker, gabi.voelker311@gmail.com, 0160/5861431 – Mi 18 -19 Uhr
 - Nicole Nounna, nnounna@googlemail.com, 0172/7447392 – Mi 18 – 19 Uhr und Mi 19 – 21 Uhr
 - Alex Lüdorf, alex.luedorf@gmx.de, 0173/5748400 – Do 19 – 20 Uhr
 - Hannelore Klingseisen, erichklingseisen@gmx.de, 01522/7854996 – Di 17.30 – 19 Uhr
- **Sportanlage:** Das Training findet auf folgenden Sportstätten statt:
 - **Hartplatz Silva Schule – Freiluft Angebot**

Der Zugang zur Sportstätte ist über den Eingang zur Sporthalle und anschließend durch die linke Glas-Tür in das Freigelände möglich. Das Freigelände wird über das Türchen rechts der Sporthalle sofort nach dem Ende der Sportstunde verlassen. Die Mitglieder begegnen sich nicht.



◦ **Silva Sporthalle – Indoor Angebot**

Die Sporthalle wird über den Haupteingang betreten. Die Mitglieder gehen durch die Umkleidekabinen hinunter in die Turnhalle. Sofort nach Ende der Übungsstunde verlassen die Mitglieder die Halle durch den Notausgang und durch das Türchen rechts neben der Sporthalle. Die Mitglieder begegnen sich nicht.

- **Toiletten:** Es sind ausschließlich die Toiletten im Eingangsbereich zu benutzen. Nach der Benutzung der Toilette, ist diese zu desinfizieren.
- **Aufenthalt:** Die Sportstätte ist nur zum Zwecke des Sports zu benutzen, d.h. sie darf erst zum Trainingsbeginn betreten und muss nach Ende des Trainings sofort wieder verlassen werden.
- Für die Einhaltung der Corona-Regelungen ist der jeweilige Übungsleiter verantwortlich
- Das Training findet in Gruppen mit max. 25 Teilnehmern statt. Eine Trainingseinheit beträgt maximal 90 Minuten.
- Die Mitglieder bringen ihre eigenen Matten mit und kommen in Trainingskleidung, Schuhe werden am Rand der Turnhalle gewechselt.
- Die Teilnehmer tragen Mund-Nase-Bedeckungen, bis sie ihre Matten im entsprechenden Abstand (mindestens 1,5 m platziert haben, ebenso beim Verlassen der Halle.
- Der Übungsleiter holt die **Anwesenheitslisten** aus dem Schrank im Geräteraum und trägt die anwesenden Mitglieder ein (normalerweise machen das die Mitglieder selber). Die Mitglieder teilen dem Übungsleiter mit, ob sie den **Corona-Fragebogen**, der auf der Website zum Download bereit steht, ausgefüllt und beim Hauptverein abgegeben haben. Der Übungsleiter vermerkt dies ebenfalls auf den **Anwesenheitslisten**.
- Der Übungsleiter hat ein Flächen-Desinfektionsspray dabei und desinfiziert die Mappe.
- Die Mitglieder lassen ihre Hände vor Beginn der Stunde vom Übungsleiter mit dem Hand-Desinfektionsspray desinfizieren.
- Benützte Geräte werden nach der Stunde vom Übungsleiter desinfiziert. Zur Teilnahme an der Stunde „Zirkeltraining“ müssen die Teilnehmer zwingend Handschuhe mitbringen und tragen (Baumwolle, Gärtnerhandschuhe oder ähnliches).
- Berührte Kontaktflächen in der Sporthalle, z.B. Lichtschalter, werden nach Ende der Stunde vom Übungsleiter desinfiziert.
- Es werden nur vereinseigene Geräte benützt, **die Benutzung von Geräten der Schule (z.B. Bälle) ist untersagt.**
- Die Übungsleiter korrigieren die Mitglieder ohne sie zu Berühren.
- **Lüftungskonzept:** Wenn möglich sind die Fenster während des Trainings geöffnet. Zwischen den Übungsstunden wird 15 Minuten gelüftet. Dafür wird nach Ende des Trainings die Lüftungsanlage eingeschaltet, ebenso die Fenster und die Notausgangstür geöffnet.



Verantwortlich sind die jeweiligen Übungsleiter; diese sind verpflichtet, die Lüftungszeiten zu dokumentieren. Während des Lüftens hält sich kein Teilnehmer in der Turnhalle auf.

- **Outdoor:** Bei unklaren Wetterbedingungen erkundigen sich die Teilnehmer direkt beim Übungsleiter, ob das Training stattfindet.
- In den alternativen Trainingsstätten, **Heldenverlies und Teakwando Schule**, gelten die dort üblichen Hygienekonzepte.

4. Abschließende Hinweise

- Dieses Regelwerk wird regelmäßig überprüft und wo sinnvoll und notwendig angepasst. Achten Sie bitte auf die Veröffentlichungen und Updates auf der Webseite des SVH: www.sv-heimstetten.de
- Wir hoffen, dass wir in Zukunft immer mehr Möglichkeiten bekommen, „richtigen Sport“ zu betreiben, aber das wird sicher noch eine Weile dauern. Bitte haben Sie Geduld.
- Weitere Detaillierte Informationen finden Sie in den Empfehlungen des BLSV unter https://www.blsv.de/fileadmin/user_upload/pdf/Corona/Handlungsempfehlungen.pdf

Bitte beachten Sie, dass das Papier die maximal möglichen Aktivitäten beschreibt. Wir beim SVH sind uns einig, dass wir die Sache etwas vorsichtiger angehen wollen.

Für den Vorstand

Magnus Harlander

Für die Abteilung

Andrea Böttl