



Hygienekonzept und Regeln für Indoorsport: Gymnastik, Pilates, Yoga, Qigong, CrossTraining in der Halle am Fasanenweg beim TSV SPO

1. Die TN dürfen nur teilnehmen, wenn sie symptomfrei im Hinblick auf Covid-19 sind und in den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu positiv getesteten und/oder Personen hatten, die unter dem Verdacht standen, an Covid-19 erkrankt zu sein.
2. In der unteren Halle dürfen teilnehmen: 10 Personen inklusive ÜL ungetestet, über 10 bis maximal 25 Personen mit maximal 48 Stunden altem Schnell- oder PCR-Test. Vollständig Geimpfte und COVID-19-Genesene benötigen keinen Test.
3. Im oberen Gymnastikraum dürfen teilnehmen: 8 Personen inklusive ÜL ungetestet.
4. Die TN müssen beim Kommen und Gehen, in der Umkleidekabine und auf dem Weg zum eigenen Platz in der Halle eine medizinische oder FFP2-Maske tragen. Beim Training kann die Maske abgenommen werden.
5. Vor jeder Trainingseinheit müssen die ÜL die Halle mindestens 15 Minuten lang stoßlüften. Während des Trainings soll möglichst durchgängig gelüftet werden, damit die ausgeatmeten Aerosole abtransportiert und minimiert werden.
6. Der zugewiesene Platz wird während der Sporteinheit nicht gewechselt und verlassen. Die Anweisungen und Hilfestellungen werden nur verbal kommuniziert. Körperkontakt zwischen Trainer und Teilnehmenden ist zu vermeiden.
7. Die ÜL hat eine Anwesenheitsliste mit Datum, Vor- und Nachnamen und Telefonnummer zu führen. Alternativ könnte die Luca-App genutzt werden.
8. Jeder TN bringt seine eigene Gymnastikmatte mit, alternativ eine Decke / Handtuch, das die gesamte Matte komplett bedeckt.
9. Weitere Hilfsmittel werden je nach Bedarf von den ÜL vor der Stunde bereitgelegt. Diese Sportgeräte (z.B. Pezzibälle, Hanteln etc.) müssen vor Ausgabe von den ÜL desinfiziert werden.
10. Zwischen den verschiedenen Gruppen müssen mindestens 15 Minuten liegen, so dass die kommenden und gehenden TN im Gebäude nicht aufeinander treffen.
11. Dieses Hygienekonzept wird in den Sporthallen für jeden einsehbar ausgehängt.
12. Der Verein ist für die Bereitstellung von Hände- und Flächendesinfektionsmittel verantwortlich. Die ÜL melden dem 1. Vorsitzenden Sascha Augustin rechtzeitig, wenn die Desinfektionsmittel nachgefüllt werden müssen.
13. Die ÜL unterzeichnen dieses Hygienekonzept und verpflichten sich damit, die einzelnen Punkte strikt einzuhalten.