



Informationen zum Trainingsverhalten

Konzept für den Sportplatz

Bei der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes im Verein stand primär die Einhaltung von Gesundheits- und Sicherheitsaspekten sowie eine Risikominimierung in der Entwicklung der Corona-Pandemie im Vordergrund. Auf Basis der erläuterten Sicherheitsstandards ist die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes im TV Germania St. Ilgen erfolgreich geglückt. Durch die weiterhin konstant niedrige Anzahl an Neuinfektionen, wurden auch im Bereich Sport weitere Lockerungen durch die Länder und entsprechenden Sportverbände herausgegeben. Damit ein einheitlicher Informationsstand herrscht, werden diese Neuerungen nachfolgend zusammengefasst:

Grundsätzliche Voraussetzungen:

- Priorität hat die Gesundheit aller Sportler/innen und der ehrenamtlich tätigen Trainer/innen sowie Betreuer/innen.
- Verordnungen des Bundes, des Landes sowie der Kommune sind strikt einzuhalten.

Trainingsbetrieb im Vereinssport:

Allgemeines:

- Unter Berücksichtigung der Vorgaben der Bundes- und Landesverordnung ist das Training in Gruppen - von 1 Trainer/in und bis zu 19 Sportler/innen – möglich.
- Sportler/innen mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. In solch einem Falle muss unverzüglich eine Kontaktaufnahme zum Trainer/zur Trainerin sowie zum Hausarzt erfolgen.
- Es sind die Hygieneregeln der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) einzuhalten.
- Das Training findet unter Ausschluss der Öffentlichkeit statt - Erziehungsberechtigte und Begleitpersonen haben keinen Zugang zum Trainingsgelände.
- Das Trainingsgelände wird in fünf Zonen à 20 Personen eingeteilt, sodass sich nicht mehr als 100 Personen auf dem Gelände von ca. 15.000m² befinden – die Gruppen sollen nach Möglichkeit ihre Zonen nicht verlassen.

Anmerkung: Bei der gemeinsamen Nutzung der Zonen soll dennoch weiterhin ein Sicherheitsabstand von mindestens 30m zwischen den Gruppen eingehalten werden.

- Die persönlichen Daten (Name, Vorname) werden in jeder Sportstunde abgefragt und auf der Teilnehmerliste festgehalten. Diese Liste ist vier Wochen durch den Trainer/die Trainerin aufzubewahren, um etwaige Infektionsketten leichter zu verfolgen. Die Liste muss nach dem Training in der vereinseigenen Cloud hochgeladen werden.
- Jeder Teilnehmer/jede Teilnehmerin muss vor Beginn der Aufnahme des Trainings, eine Einverständniserklärung (aktuelle Version ab August 2020) unterschreiben. Bei



Minderjährigen muss diese von einem Erziehungsberechtigten ebenfalls unterschrieben werden. Ohne das Vorlegen der neuen Einverständniserklärung ist eine Trainingsteilnahme nicht möglich.

- Mit der Anwesenheit bestätigen die Teilnehmer/innen, wie in der Einverständniserklärung unterzeichnet, dass sie beim Betreten der Sportstätte absolut symptomfrei sind. Außerdem sind die Teilnehmer/innen dazu verpflichtet, richtige Angaben zu Ihrem Urlaubsort zu machen und als Urlaubsrückkehrer entsprechend nach den Vorgaben des RKI zu handeln und die vorgeschriebenen Quarantäne-Regeln einzuhalten. Diese dienen nicht nur zum eigenen Schutz, sondern auch zum Schutz der Mitmenschen. Zudem stimmen die Teilnehmer/innen zu, dass ihre persönlichen Daten zum Zweck der Kontaktaufnahme im Zusammenhang mit einer möglichen COVID-19 Infektion durch einen Vertreter des oben genannten Vereins genutzt und für mindestens vier Wochen gespeichert werden dürfen. Die Daten dürfen auf Anfrage ebenfalls an die zuständige Gesundheitsbehörde weitergeben werden.
- Den Anweisungen des Trainers/der Trainerin ist immer Folge zu leisten.

Anreise zur Trainingsstätte:

- Bei Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln sind die landesspezifischen Bestimmungen zur Maskenpflicht zu beachten.
- Fahrgemeinschaften sind auf das Minimum zu beschränken. Wir empfehlen auch für Fahrgemeinschaften das Tragen von Masken im Fahrzeug.

Vor Trainingsbeginn:

- Das Training beginnt pünktlich! Wer zu spät kommt, steht vor verschlossenen Türen. Grund: Damit Unbefugten der Zugang verwehrt bleibt, wird das Stadion immer direkt durch den Trainer/die Trainerin verschlossen.
- Beim Betreten des Trainingsgeländes müssen die Hände sorgfältig desinfiziert werden. Sollte eine Allergie vorliegen, dann können die Hände alternativ gründlich mit Seife gereinigt werden.
- Die Teilnehmerliste ist vor Trainingsbeginn von jedem Sportler/ jeder Sportlerin wahrheitsgemäß auszufüllen.
- Direkter Körperkontakt und Begrüßungsrituale müssen vermieden werden – d.h. freundschaftliche Umarmungen oder Händeschütteln zur Begrüßung sind ebenfalls untersagt.
- Das Trainingsgelände darf nicht ohne die Zustimmung des Trainers/der Trainerin betreten werden.
- Die persönlichen Gegenstände dürfen nicht, wie bisher, in der Garage gelagert werden, sondern müssen in der jeweiligen Zone im Abstand von 2m platziert werden.



Ablauf einer Trainingseinheit:

- Die Sportler/innen betreten erst kurz vor dem offiziellen Trainingsbeginn, auf Hinweis des Trainers/der Trainerin das Trainingsgelände.
- Die Umkleiden und Duschen dürfen wieder genutzt werden. Während der Benutzung ist hierbei ein Mindestabstand von 1,5m einzuhalten. Nach dem Duschen und Umkleiden ist der Bereich unmittelbar zu verlassen.
- Toiletten können am Trainingsort benutzt werden. Voraussetzung ist die eigenständige Verantwortung der Sportler/innen zur Einhaltung der Händehygiene.
Hinweis: Der TV Germania St. Ilgen stellt hierfür ausreichend Handseife, Papierhandtücher und Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- Der geforderte Mindestabstand von 1,5m zwischen allen Sportlern/innen und Trainern/innen muss nach Möglichkeit immer eingehalten werden. Das gilt insbesondere beim:
 - Aufwärmen
 - Bewegungskorrektur
 - Sprungtraining
 - Lauf- und Sprinttraining
 - Wurftraining
 - Koordinationstraining
 - Krafttraining
- Sollten Hilfestellungen erforderlich sein, so dürfen diese durch den Trainer/die Trainerin geleistet werden.
- Trainingseinheiten sind verpflichtend wahrzunehmen – d.h. wer sich zu Beginn zum Training anmeldet muss jede Woche zur vereinbarten Zeit erscheinen.
Grund: Trainingseinheiten können nicht mit anderen Sportlern getauscht werden, damit die Anzahl der Kontaktpersonen minimal gehalten werden kann.
- Es dürfen wieder weiteren Vereinsangebote in Anspruch genommen werden, damit die Anzahl der Kontaktpersonen minimal gehalten werden kann.
- Es können keine neuen Sportler/innen zum Training mitgebracht werden – Schnuppertraining ist zur momentanen Zeit untersagt.
Ausnahme: Zum ersten Training wird direkt eine Anmeldung durch den Sportler/die Sportler unterschrieben mitgebracht. Diese können von der Homepage heruntergeladen und entsprechend ausgefüllt werden.
- Trainern/innen und Betreuern/innen ist das Tragen eines Mundschutzes zu empfehlen.
- Kleingeräte, wie beispielsweise Hütchen oder Rechen, dürfen nur durch die Trainer/innen mit Handschuhen angefasst werden.
- Großgeräte (z.B.: Hochsprungmatte, Hürden) dürfen wieder benutzt werden und müssen nicht nach jedem Sportler/jeder Sportlerin desinfiziert werden.
- Materialien, welche durch mehrere Sportler/innen genutzt werden (z.B.: Staffelhölzer) dürfen nicht verwendet werden.
- Partnerübungen sind, unter der Voraussetzung, dass die Partner auch über mehrere Trainingseinheiten nicht gewechselt werden, wieder erlaubt.



- Die Benutzung der Anlagen von technischen Disziplinen (z.B.: Weitsprung) ist so zu organisieren, dass sich pro Anlage jeweils nur eine Gruppe aufhält.
- Nutzung der Rundbahn:
 - Das Ein- und Auslaufen auf der Rundbahn ist prinzipiell wieder erlaubt.
 - Bei Möglichkeit soll der Mindestabstand zwischen den Sportlern/innen einer Sportgruppe zur Seite von 1,5m sowie nach vorne von 15m eingehalten werden.
 - Der Sicherheitsabstand zu den anderen Sportgruppen muss bei der Rundennutzung mindestens 30m aufweisen.
 - Beispiel: Befindet sich eine andere Sportgruppe an der Weitsprunggrube kann in dieser Zone weiterhin nicht eingelaufen werden, da kein Mindestabstand von 30m zwischen den Gruppen möglich ist.
 - Die Nutzung der Rundbahn kann definitiv dann erfolgen, wenn keine weiteren Sportgruppen auf dem Sportplatz sind.
- Wartezonen:
 - Bei der Bewegungskorrektur, während der Instruktion oder beim Warten vor dem nächsten Einsatz, ist der Mindestabstand einzuhalten.
 - Das Trainingsgelände wird mit Wartezonen/Abständen, welche durch Markierungen deutlich gemacht werden, versehen.
 - Diese Wartezonen sind von den Sportler/innen einzuhalten.
- Sprinttraining:
 - Es können alle Bahnen genutzt werden.
Bemerkung: Dennoch empfehlen wir, nach Möglichkeit weiterhin eine Bahn frei zu lassen.
 - Eine Bahn weist eine Breite von 1,22m auf.
 - Die Bahnen werden mit Hütchen abgesteckt und sind nicht zu verlassen.
- Lauftraining:
 - Beim permanentem hintereinander laufen ist ein Abstand von 15m zur Sicherheit („Tröpfchenwolken-theorie“) einzuhalten.
 - Bei Überholvorgängen muss mindestens eine Bahn freigelassen werden.
 - Lauftraining kann in festen Gruppen (bis zu 20 Personen) wieder durchgeführt werden. Dennoch sind hochintensive Lauftrainingsformen ohne Einhaltung des Mindestabstandes auf das notwenigste zu reduzieren!
- Sprungtraining:
 - Das Einhalten der Wartezonen ist unerlässlich.
 - Die notwendigen Geräte dürfen nur durch den Trainer/die Trainerin mittels Handschuhen benutzt werden.
- Wurftraining:
 - Trainingsgeräte (Kugel/Speere) werden in einer Trainingseinheit jedem einzelnen Sportler/jeder einzelnen Sportlerin zugeordnet und dürfen von keinem anderen benutzt werden.
 - Die Geräte sind im Anschluss gründlich zu desinfizieren.
 - Jede/r Sportler/in wirft nacheinander, die zugeordneten Geräte. Erst nachdem das Gerät geholt wurde, ist der nächste Sportler/die nächste Sportlerin an der Reihe.



Turnverein Germania

1892 St. Ilgen e.V. ... wir sorgen für Bewegung

- Mattentraining:
 - Jeder muss seine eigene Matte mitbringen.
 - Abstand von mindestens 3m rundherum
 - Die Matte wird nur verlassen, wenn der Trainer/die Trainerin es sagt.
- Trainingsgruppenwechsel:
 - Nach jeder Trainingsgruppe muss die jeweilig verwendete Zone für 15min gesperrt werden.
- Kraftraum:
 - Nutzung ist ab Juli 2020 wieder freigegeben.
 - max. 8 Sportler/innen dürfen gleichzeitig im Kraftraum trainieren.
 - Die Geräte sind mit einem eigenen großen Bade- bzw. Strandtuch abzudecken.

Nach dem Training:

- Das Trainingsgelände ist unverzüglich nach dem Training zu verlassen.
- Beim Verlassen des Trainingsgeländes müssen die Hände sorgfältig desinfiziert werden. Sollte eine Allergie vorliegen, dann können die Hände alternativ gründlich mit Seife gereinigt werden.

Quellen:

In Anlehnung an:

- Baden-Württembergischer Leichtathletikverband (Hrsg.): Schutzkonzept Leichtathletik – Coronapandemie und Sport. Vorgehen für Vereine in der Sportart Leichtathletik – Freilufttraining im Stadion, Stuttgart 2020
- Deutscher Leichtathletik Verband (DLV) (Hrsg.): Voraussetzungen für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben und die Wiederaufnahme des Wettkampfsportes, S. 1-4, Stand: 29. April 2020
- Kultus- und Sozialministerium (Hrsg.): Verordnung des Kultusministeriums und des Sozialministerium über Sportstätten. Corona-Verordnung Sportstätten – Corona VO Sportstätten), Stuttgart, 10. Mai 2020
- Stadt Leimen: Hygieneschutzkonzept für Sportvereine in der Stadt Leimen sowie den dazugehörigen Stadtteilen, Leimen, Mai 2020

Update – gültig ab 01.08.2020