

# TSV Stiefenhofen e.V.

Turn- & Sportverein Stiefenhofen



## Hygiene- und Verhaltensregeln für die Wiederaufnahme des Indoor Trainings

1. Sportler mit Krankheitssymptomen (Husten, Schnupfen, Fieber Kopfschmerzen, etc.) dürfen nicht am Training teilnehmen. Bei Erwachsenen/ Kindern mit Vorerkrankungen appellieren wir an die Vernunft des Sportlers/der Erziehungsberechtigten. Tritt ein positiver Covid 19 Fall/Quarantäne im näheren Umfeld, ist die Trainingsteilnahme für das Mitglied für mind. 14 Tage untersagt. (Negativer Test anschließend notwendig zur Wiederaufnahme). Test beim Übungsleiter oder Abteilungsleiter vorzeigen.
2. Duschen und Umkleiden dürfen nicht genutzt werden. Daher müssen die Trainingsteilnehmer bereits umgezogen zum Training erscheinen. Schuhe und Jacken dürfen (unter Beachtung des Mindestabstandes beim An- und Ausziehen) an der Garderobe deponiert werden.
3. Pro Platz/ Halle findet ausschließlich das Training einer Trainingsgruppe (max. 20 Personen/ Zuschauer sind untersagt) zur gleichen Zeit statt. Die Trainingsdauer in der Halle wird daher pro Gruppe auf max. 60 Minuten beschränkt. Das Training kann auf 75 Minuten erweitert werden, wenn anschließend keine weitere Trainingsgruppe folgt. Danach muss 15 Minuten vollumfänglich gelüftet werden. Wir bitten die Trainer die vorgegebenen Trainingszeiten strengstens einzuhalten um das Aufeinandertreffen verschiedener Trainingsgruppen zu vermeiden. Kinder und Jugendliche werden von Ihren Eltern/Begleitpersonen vor der Halle abgegeben und dürfen nicht in die Halle begleitet werden.
4. Die Trainingsteilnehmer werden durch die Trainer dokumentiert. (Rückverfolgbarkeit) Die Anwesenheitsliste muss 4 Wochen aufbewahrt werden.
5. Jeglichen Körperkontakt (z. B. Begrüßung, Verabschiedung, etc.) sowie die Bildung von Fahrgemeinschaften gilt es zu vermeiden, wenn dies nicht möglich ist, wird eine Mund-Nasen Bedeckung empfohlen.
6. Vor und nach dem Training (z.B. Eingangsbereich, WC Anlagen, Abgabe und Rückgabe von Sportgeräten) gilt eine Maskenpflicht für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren.
7. Während des gesamten Trainings gilt ein Mindestabstand von 1,5m. Die jeweiligen Trainer sind für die passende Gestaltung und für die Gruppeneinteilung des Trainings verantwortlich.
8. Vor der Trainingseinheit sowie nach einem Toilettengang müssen die Hände gewaschen und desinfiziert werden. Desinfektionsspender stehen am Eingang und in der Halle bereit.

9. Sportgeräte müssen nach dem Gebrauch mit Hilfe des Desinfektionsmittels gereinigt und desinfiziert werden. Ein Eimer mit Flächendesinfektionsmittel steht im grauen Schrank bereit. Große Geräte wie Kästen, Böcke, Sprungtisch, oder große Matten werden mit laminierten Schilder und einem Post-it („gesperrt bis ... Datum und Uhrzeit“) gekennzeichnet. Diese Geräte sind für 12 Stunden gesperrt. Kommt in den nächsten 12 Stunden keine andere Abteilung mit den Geräten in Berührung, entfällt die Desinfizierung. Soweit vorhanden, sollten die Sportler eigene Yogamatten zum Training mitbringen.
10. WC Anlagen sowie Kontaktflächen (z.B. Türgriffe) welche während des Trainings genutzt wurden, sind nach dem Training vom Trainer zu desinfizieren.
11. Die Halle muss nach Beendigung des Trainings (mindestens jedoch alle 60 Minuten) mindestens 15 Minuten vollumfänglich gelüftet werden, sodass ein völliger Frischluftaustausch stattfinden kann.
12. Nach Abschluss der Trainingseinheit wird die Halle durch den Ausgang an der Bühne verlassen, um dem Prinzip der Einbahnstraße gerecht zu werden. Zudem sollte nach dem Training die unmittelbare Abreise erfolgen.
13. Sollte ein Teilnehmer Bedenken oder Angst vor einer Ansteckung haben, ist er nicht verpflichtet am Training teilzunehmen.
14. Es sind kurzfristige Änderungen möglich, welche auf der neuen Homepage unter [www.stiefenhofen-tsv.de](http://www.stiefenhofen-tsv.de) veröffentlicht werden. Auch beim BLSV sind Änderungen jederzeit eigenverantwortlich einzusehen.

---

Ort, Datum

---

Unterschrift Abteilungsleiter

*Vorstand:*  
Helmut Lingenhel  
Oberthalhofen 23 a, 88167 Stiefenhofen  
Tel. 08383 / 1274

*Kassier:*  
Rita Siegel  
Oberthalhofen, 88167 Stiefenhofen  
08383 / 1394

*Internet:*  
[www.tsv-stiefenhofen.de](http://www.tsv-stiefenhofen.de)  
Stand: September 2020