

TSV Chieming Trainingskonzept Aerobic mit Coronaauflagen

Stand: 8. Juni 2020

Informationsblatt: Trainingsteilnehmer

Wiederaufnahme Trainingsbetrieb: Aerobic

Der Umgang mit dem Coronavirus erfordert von uns allen viel Disziplin, Verständnis und eine gewisse Umstellungsfähigkeit. Die Umsetzung der Regeln dient dazu in absehbarer Zeit wieder unter normalen Trainingsbedingungen zu arbeiten. Ein gewisser professioneller Umgang mit den Vorgaben ist für uns alle selbstverständlich.

Das Aerobictraining wird bis zu den Sommerferien ausschließlich im Freien durchgeführt.

Gesundheitszustand / Minimierung von Risiken

- Nutzung des gesunden Menschenverstandes
- Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt aufsuchen: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome.
- Das gleiche Vorgehen gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
- Es besteht die Verpflichtung, sollten Symptome auftreten, diese bei den jeweiligen Trainern anzuzeigen.
- Bei einem positiven Test auf das Corona-Virus (COVID-19) im eigenen Haushalt muss die betreffende Person 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.
- Bestehen in Bezug auf ein Training oder eine spezielle Übung ein ungutes Gefühl und/oder Unsicherheit über mögliche Risiken, sollte darauf verzichtet werden.

Organisatorische Grundlagen

- Unterweisung aller Trainer und Trainingsteilnehmer in die Vorgaben zum Trainingsbetrieb, die Maßnahmen des Vereins und des verantwortungsvollen Umgangs damit. Die getroffenen Regeln und Hygienevorschriften sind auf der Homepage des TSV Chieming einsehbar.
- Anwesenheitslisten führen, um etwaige Infektionsketten besser nachverfolgen zu können.

An- und Abreise

- Die Teilnehmer reisen möglichst zu Fuß, mit dem Fahrrad oder in privaten PKW einzeln in Sportkleidung an. Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden.
- Ankunft am Sportgelände frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn.

- Alle Teilnehmer kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen.
- Der Zugang zum Trainingsgelände erfolgt an der Turnhalle, der Ausgang beim Vereinsheim.
- Während des gesamten Trainings ist auf Einhaltung der Abstandsregeln zu achten.
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training, das Duschen erfolgt zu Hause.

Hygiene-Maßnahmen

- Es wird die Möglichkeit zur Hände- und Gerätedesinfektion geschaffen, Nutzung durch jeden Teilnehmer vor und nach dem Training sowie in den Trainingspausen.
- Es werden keine körperlichen Begrüßungsrituale durchgeführt.
- Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt worden ist.
- Vermeiden von Naseputzen/ Griff ins Gesicht etc.
- Kein Abklatschen, in den Arm nehmen und gemeinsames Jubeln.
- Abstand von mindestens 1,5 Metern bei Ansprachen, Erklärungen und Trainingsübungen.
- Toiletten sind mit Desinfektionsmitteln zu versehen und müssen nach der Benutzung vom Benutzer desinfiziert werden. Der Schlüssel wird vom Übungsleiter ausgehändigt.
- Das benötigte Trainingsmaterial beschränkt sich auf das Nötigste. Geräte werden vor der Trainingseinheit desinfiziert und auf dem Platz bereitgestellt.
- Nach dem Training werden die verwendeten Trainingsmaterialien desinfiziert und unzugänglich für Unbefugte verwahrt.

Für eure Bereitschaft, uns zu unterstützen bedanke ich mich im Voraus.

Mit freundlichen Grüßen

Eva-Maria Stetka
Übungsleiterin, Aerobic

TSV Chieming e.V.

Abteilung: Aerobic
Name: _____
Vorname: _____
Geburtsdatum: _____

Chieming, 10.06.2020

Einverständniserklärung zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes am Sportgelände des TSV Chieming e.V. und Bestätigung der Kenntnisnahme des Informationsblattes

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit bestätige ich Ihnen, dass ich mit der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes am Sportgelände des TSV Chieming einverstanden bin. Die mir übermittelten Informationen im Rahmen des Informationsblattes „Informationsblatt Trainingsteilnehmer - Wiederaufnahme Trainingsbetrieb“ erkenne ich an und setze diese nach bestem Wissen und Gewissen um.

Zudem versichere ich, dass ich selbst nicht zu einer potentiellen Risikogruppe (nach dem Robert-Koch-Institut:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html) gehöre.

Ort und Datum

Unterschrift: Trainingsteilnehmer

