



28.08.2021

Abstands- und Hygienekonzept für die Skigymnastik

Nach den Vorgaben der Coronaschutzverordnung des Saarlandes darf kontaktfreier Sport und Kontaktsport im Innenbereich mit der Maßgabe durchgeführt werden, dass alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen Nachweis über das Nichtvorliegen einer Infektion mit dem SARS-CoV-2- Virus nach § 5a (1) VO-CP zu führen haben, Minderjährige sind ausgenommen.

1. Grundsätzliches

An unserer Skigymnastik dürfen nur Personen teilnehmen, die genesen, geimpft oder getestet sind.

Jede/r Teilnehmer/-in hat **vor dem Training den Nachweis** über das Nichtvorliegen einer Infektion **den Trainern vorzuzeigen**.

Ein Schnelltest darf nicht älter als 24 Stunden sein, ein PCR-Test nicht älter als 48 Stunden.

Sollte der Nachweis nicht vorliegen, ist ein Betreten der Umkleideräume und die Teilnahme an der Gymnastik nicht erlaubt.

Eine Teilnahme an der Gymnastik ist auch nicht möglich bei

- Vorliegen von Erkältungssymptome, Husten, Fieber, Schnupfen oder Atemnot
- Personen, die in den letzten 14 Tagen Kontakt zu einem COVID-19 Erkrankten hatten

Vor jeder Trainingseinheit trägt der/die verantwortliche Trainer/in die Teilnehmer in die Anwesenheitsliste ein, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können.

Ab dem Betreten der Liebenburghalle ist auf den Wegen innerhalb der Halle eine OP- oder FFP2-Maske zu tragen.

Behördliche Anweisungen sind grundsätzlich zu befolgen.



2. Allgemeine Hygienemaßnahmen

Vor Betreten der Sporthalle hat sich jeder Teilnehmer die Hände mit Wasser und Seife zu waschen.

Handdesinfektionsmittel im Bereich des Eingangs der Liebenburghalle ist zu nutzen. Der Verein stellt zusätzlich Hand- und Flächendesinfektionsmittel bereit, um Hände, Türgriffe, Sportgeräte etc. desinfizieren zu können.

Es gilt nach wie vor das Gebot der Kontaktvermeidung durch die Abstandsregel. Ein Abstand von mindestens 1,5 m zwischen den Personen in Ruhe ist einzuhalten, dies ist auch beim Abstellen von Taschen zu beachten.

Der/die Trainer/in sind für die Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 m während der Gymnastik verantwortlich.

Im Rahmen des Aufwärmens sind Laufwege vorzugeben, um die persönlichen Kontakte weitgehend zu minimieren und die Abstandsbestimmungen einzuhalten.

Auf Übungen mit Trainingspartnern sollte, soweit es sich nicht um Angehörige des eigenen Haushaltes handelt, verzichtet werden.

Es empfiehlt sich eigene Gymnastikmatten zu nutzen.

Soweit möglich sind die Fenster / Türen der Liebenburghalle bereits vor Beginn des Trainings zu öffnen, um für eine ausreichende und regelmäßige Belüftung zu sorgen.

Auch in den Umkleide- und Duschräumen muss der Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden. Aus diesem Grund sind alle zur Verfügung stehenden Umkleideräume zu nutzen.