

## **Hygienekonzept TGM 1886 Budenheim e.V.**

Die allgemeinen Hygiene- und die geltenden Abstandsregeln sind jederzeit und unbedingt einzuhalten.

### **1. Distanzregeln einhalten**

- Es werden getrennte Ein- und Ausgänge benutzt.
- Bei Gruppenwechsel wird genügend Zeit eingeplant (15 Minuten), so dass sich die Gruppen nicht treffen.
- Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft und diese weitreichender in den Raum hinein ventiliert wird, sind grundsätzlich 2,00 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten.
- Die Abstandsregeln sind außer Kraft gesetzt, sollten sich nicht mehr als 30 Personen in der Halle aufhalten.
- Vor und nach dem Training bzw. dem Wettkampf ist das Abstandsgebot weiterhin einzuhalten, sofern die geltende Corona-Bekämpfungsordnung und die jeweiligen Hygienekonzepte nichts anderes bestimmen.
- Die Ablage des Equipments (Jacken, Taschen, Schuhe, Trinkflasche etc.) erfolgt nahe des Sportlers.

### **2. Körperkontakt auf ein Minimum reduzieren**

- Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.
- Die Trainer\*innen reduzieren Hilfestellungen auf ein Minimum und geben in erster Linie mündliche Anweisungen. Sicherheitsstellung ist zum Schutz der Athleten\*innen erlaubt, wenn der Trainer\*in erkennt, dass der/ die Athlet\*in Schaden nehmen könnte.

### **3. Hygieneregeln einhalten**

- Beim Kommen und Gehen muss ein Nasen-Mundschutz getragen werden und jeweils die Hände über die bereitgestellten Spender desinfiziert werden.
- In den Toiletten werden ausreichend Seife, Desinfektionsmittel (min. 61 % Alkoholgehalt) und Einmal-Papierhandtücher zur Verfügung gestellt.
- Regelmäßig die Hände und – sofern barfuß trainiert wird – die Füße desinfizieren. Dafür sollen eigenes Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt) oder Desinfektionstücher mitgebracht werden.
- Soweit möglich wird mit persönlichen Sportgeräten trainiert.
- Türgriffe, Handläufe etc. werden regelmäßig desinfiziert.
- Die Sporthalle wird regelmäßig und intensiv nach jeder Trainingseinheit gelüftet.
- Auf die Einhaltung der Niesetikette (Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch) ist zu achten.
- Wer sich krank fühlt, darf auf keinen Fall am Training teilnehmen. Bei Krankheit des Trainers fällt das Training aus.

### **4. Umkleiden, Duschräume & Toiletten**

- Umkleiden und Duschräume bleiben vorerst geschlossen.
- Die Trainierenden kommen bereits in Sportkleidung zum Training und duschen zu Hause.
- Vor und nach der Toilettennutzung sind die Hände zu desinfizieren.

## 5. Trainingsgruppen

- Es werden ggf. kleinere Trainingsgruppen gebildet.
- Es dürfen nur Personen der jeweiligen Trainingsgruppe anwesend sein (keine Begleitpersonen oder Zuschauer).
- Im Wettkampfbetrieb sind Zuschauer unter den jeweils gültigen Abstandsregeln zugelassen (die Gesamtpersonenzahl in Höhe von 30 Personen darf nicht überschritten werden).
- Die Übungsleitung wird den Trainingsgruppen fest zugeteilt.
- In jeder Trainingsstunde wird eine Anwesenheitsliste (Angaben: Datum, Ort, sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon) durch den /die Übungsleiter\*in geführt, damit bei einer möglichen Infektion eines Sporttreibenden oder eines\*r Übungsleiter\*in die Infektionskette zurückverfolgt werden kann.
- Die Anwesenheitslisten werden in der TGM Geschäftsstelle gesammelt und nach 4 Wochen vernichtet. Die Funktion des Corona-Beauftragten übernimmt der Vorstand (vorstand@tgm-budenheim.de)