



Merkblatt zur Wiederaufnahme des Trainings- und Übungsbetriebs im Kontext der Corona-Pandemie

Sehr geehrte Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde,

hinter uns liegen Wochen ohne sportliche Betätigung innerhalb unserer TSV-Familie. Die jüngsten Lockerungen der Landesregierung machen Vereinssport nun wieder möglich – allerdings nicht in der gewohnten Form.

Die Wiederaufnahme des Trainings- und Übungsbetriebs ist an strenge Auflagen geknüpft. Diese verlangen uns mitunter einiges ab, müssen aber genauestens eingehalten werden. Denn dadurch soll die Verbreitung des Corona-Virus verhindert bzw. eingedämmt werden. Wir alle müssen unseren Teil dazu beitragen, dass die Maßnahmen zum Infektionsschutz weiterhin erfolgreich sind. **Bitte befolgen Sie deshalb die nachfolgend skizzierten Verhaltensregeln!**

Voraussetzungen zur Teilnahme am Trainingsbetrieb:

Eine Teilnahme am Trainingsbetrieb ist nicht möglich,

- wenn Sie in Kontakt zu einer mit SARS-CoV-2 infizierten Person stehen oder innerhalb der letzten 14 Tage standen oder
- wenn Sie sich allgemein krank fühlen oder Symptome wie Kopf- und Gliederschmerzen, Halsschmerzen, Geschmacks- und/oder Riechstörungen, Schnupfen, Husten, Atemnot, Durchfall oder Fieber haben.

Sollten Sie

- Vorerkrankungen haben, die nach der Definition des Robert-Koch-Instituts einen Risikofaktor darstellen, empfehlen wir vor dem Einstieg in den Trainingsbetrieb eine Rücksprache mit Ihrem Hausarzt. Informationen und Hilfestellungen für Personen mit einem höheren Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf finden Sie auf der Internetseite des Robert-Koch-Instituts.



Turn- und Sportverein Diedelsheim e. V.

- Aerobic
 - Rückenschule
 - Tischtennis
 - Turnen
 - Wandern
-

- sich innerhalb der letzten 14 Tage im Ausland aufgehalten haben, empfehlen wir vor dem Einstieg in den Trainingsbetrieb eine Rücksprache mit Ihrem Hausarzt.

Regeln für den Trainingsbetrieb:

- Melden Sie sich bei der Übungsleiterin bzw. dem Übungsleiter für das Training an, weil nur zehn Personen pro Trainingsgruppe zugelassen werden.
- Füllen Sie in jeder Trainingseinheit ein Anwesenheitsformular vollständig aus, damit die zuständigen Behörden im Falle einer möglichen Infektion die Infektionskette zurück-verfolgen können.
- Kommen Sie bereits in Sportkleidung zum Training, weil Umkleiden und Sanitärräume mit Ausnahme der Toiletten geschlossen bleiben.
- Bringen Sie Ihre persönliche Sportausrüstung, z. B. Yogamatten oder Tischtennisschläger, mit.
- Tragen Sie vor und nach dem Training eine Alltagsmaske bzw. eine Nasen-Mund-Bedeckung.
- Halten Sie jederzeit einen Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen.
- Beschränken Sie Kontakte mit anderen Personen außerhalb der Trainings- und Übungszeiten auf ein Mindestmaß, insbesondere Ansammlungen im Ein- und Ausgangsbereich sind untersagt. Zudem bleibt das „Aquarium“ geschlossen.
- Waschen oder desinfizieren Sie regelmäßig Ihre Hände – vor und nach dem Training, ggf. nach dem Aufbau von Geräten, nach dem Toilettengang oder in der Pause.
- Befolgen Sie die Husten- und Niesetikette und husten bzw. niesen ausschließlich in Ihre Armbeuge.
- Betreten und verlassen Sie die Toiletten zeitlich versetzt, falls der Mindestabstand von 1,5 Metern nicht eingehalten werden kann. Desinfizieren Sie die Toilette vor bzw. nach der Nutzung.
- Verlassen Sie nach dem Ende des Trainings die Halle unverzüglich.