

# Trainings – und Hygienekonzept Konzept 3

**Verein:** Turnverein Altenkessel 1879 e.V, Abteilung. Koronarsport

**Gruppenleiter:** Gerd Lösch, Gerhardstrasse 28, 66126 Saarbrücken

**Trainingsort:** Jahn-Turnhalle Altenkessel, Jahnstrasse 6, 66126 Saarbrücken

**Die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes der Koronar-Sportgruppe unterliegt vorrangig der Verordnung des saarländischen Ministeriums, der Stadtverwaltung sowie des Vorstandes.**

## **Trainingskonzept – Stand: 01.09.2020**

- Bei der Koronar-Sportgruppe handelt es sich um eine Interessengruppe herzkranker Menschen, die unter ärztlicher Aufsicht Sport betreiben zur Erhaltung ihrer Gesundheit.
- Geleitet werden die Übungsstunden von einer Übungsleiterin, die eine spezielle Ausbildung zur Leitung von Koronar-Sportgruppen hat.
- Sie richtet die Intensität der Übungen nach der Belastbarkeit der Teilnehmerinnen aus.
- Die maximale Teilnehmerzahl der Halle ist auf 35 Personen festgelegt. Dies ist für uns nicht relevant, da die Gruppe max. mit 20 Teilnehmern trainiert.
- Zuschauer sind während der Übungsstunden erlaubt.
- Fahrgemeinschaften sind nach Möglichkeit zu vermeiden.
- Zu jeder Übungsstunde wird eine Teilnehmerliste mit Auflistung des Kontakttrisikos und eventueller Symptomatik geführt (siehe Anhang)
- Mit der Teilnahme an der Übungsstunde stimmen die Teilnehmer/-innen der Wiedergabe und Speicherung der Daten gemäß § 3a der Verordnung zur Bekämpfung der Corona-Pandemie zu.
- Es dürfen vereinseigene Gerätschaften mit nachträglicher Desinfektion benutzt werden.
- Gerätschaften der Stadt Saarbrücken dürfen benutzt werden. Einer Desinfektion der Sportgeräte bedarf es nicht. Die Teilnehmer/-innen müssen sich nach der Benutzung der städtischen Gerätschaften die Hände desinfizieren.
- Die Teilnehmer/-innen kommen zur Übungsstunde umgezogen und mit Schutzmaske.
- Die persönlichen Gegenstände sind mit Abstand von 1,5 Meter an den Sprossenwänden aufzuhängen oder auf den Bänken abzulegen.
- Wenn nach Aufforderung der Übungsleiterin die Stunde beginnt dürfen die Schutzmasken ausgezogen werden und bei den persönlichen Gegenständen abgelegt werden.
- Trainingsgerät darf nur von einem Teilnehmer/-in benutzt werden.

## Hygienekonzept – 01.09.2020

- Alle Teilnehmer an der Übungsstunde halten die allgemeine Hygiene Tipps und Vorgaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung streng ein (<https://www.infektionsschutz.de/corona/schutz-durch-hygiene.html>).
- Das persönliche Risiko sowie Gesundheitszustand ist vor jeder Übungsstunde einzuschätzen. Verzicht auf Teilnahme bei erhöhtem Risiko.
- Zwingender Verzicht bei aktuellen Symptomen.
- Nach positivem Test auf eine Infektion mit dem Corona Virus ist eine Teilnahme an den Übungsstunden nur nach ausreichender vorgeschriebener negativ Testung und einem ärztlichen Attest möglich.
- Es ist auf einen Abstand von 1,5 Meter vor der Halle, beim Betreten der Halle, in der Halle und während den Übungen zu achten.
- Vor und nach der Übungsstunde sind die Hände zu desinfizieren.
- Körperkontakte wie z. B. Händeschütteln, Umarmungen sind untersagt.
- Benutzte Trainingsgeräte müssen am Ende der Stunde gründlich desinfiziert werden.
- Das hier beschriebene Trainings- und Hygienekonzept wird jedem Teilnehmer im Vorfeld ausgehändigt.
- Wer sich trotz wiederholter Aufforderung dem Trainings- und Hygienekonzept widersetzt wird von den Übungsstunden ausgeschlossen.
- Vor und nach den Übungsstunden ist die Halle intensiv zu lüften. Während der Übungsstunde bleiben mindestens die Fenster geöffnet.

Saarbrücken, 01. Sept. 2020