

Hygienekonzept für den Sport im Innenbereich

1. Gymnastikhalle

- Die Trainierenden kommen bereits in Sportkleidung zum Sportgelände
- Sofern die Halle noch geschlossen ist, haben die Wartenden die Abstandsregeln einzuhalten
- Die Teilnehmer betreten die Halle mit einer Mund-Nasen-Bedeckung unter Einhaltung eines Abstandes von 1,5 m zu anderen Personen
- Die Teilnehmer desinfizieren sich die Hände, bei Barfußtraining auch die Füße
- Für das notwendige Equipment wird jeder Person an den Außenseiten der Halle ein Platz mit Hilfe eines Markierungstellers zugewiesen
- Es wird stets ein Mindestabstand von 1,5 – 2 m zu anderen Personen eingehalten
- Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt
- Bei Sportarten, die zu verstärkten Aerosolausstoß führen (Zumba, Aerobic, Step-Aerobic), wird ein Abstand von 3 m eingehalten. Die Teilnehmerzahl wird hierfür auf 12 Personen begrenzt und die Plätze mit Markierungstellern zugewiesen
- Vor dem Trainingsbeginn erfolgt eine Abfrage nach der Gesundheit der Trainierenden; bei erkennbaren Symptomen einer Atemwegserkrankung wird der Zugang verwehrt
- Die Teilnehmer werden durch die ÜL auf die Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln hingewiesen
- Für jede Gruppe werden Anwesenheitslisten geführt (Name, Vorname, Anschrift, Telefonnummer sowie Tag der Übungsstunde)
Diese werden für einen Zeitraum von 1 Monat aufbewahrt und im Anschluss unter Beachtung der DSGVO vernichtet
- Zeitpunkt des Betretens und Verlassens der Sportstätte werden im Hallenbuch dokumentiert
- Die Trainierenden bringen eigene Gymnastikmatten mit und nehmen sie nach der Stunde wieder mit nach Hause
- Partnerübungen werden nicht durchgeführt; ebenfalls erfolgt keine Hilfestellung durch ÜL
- Die Gymnastikhalle wird vor, während und nach einer Übungsstunde durch Öffnung der Fenster sowie des Notausgangs gelüftet
- Sanitärräume werden nur einzeln betreten
- Benutzte Gegenstände z.B. Musikgeräte, Bälle, Kleingeräte, werden nach jedem Training desinfiziert.
- Zwischen aufeinanderfolgenden Gruppen wird ein Zeitfenster von 10 Minuten eingeplant
- Beim Gruppenwechsel wird darauf geachtet, dass sich die Trainingsgruppen nicht begegnen; die erste Gruppe verlässt die Halle zügig durch den Notausgang
- Die folgende Gruppe darf die Halle erst betreten, wenn die vorherige Gruppe die Halle vollständig verlassen hat
- Das Zeitfenster wird zum Lüften und Desinfizieren genutzt
- Die ÜL erhalten eine Ausfertigung des Hygienekonzepts