



## Hygienekonzept

pandemiebedingte Regelungen für Teilnehmende und Übungsleitende  
Gymnastik- und Turnabteilung  
DJK SC Schwarzweiß Flörsheim 1924 e.V. (Stand: 27.05.2021)



### 1. Nur wer gesund ist, darf am Training teilnehmen

- Zum Training sind nur Teilnehmende zugelassen, die frei von jeglichen Krankheitssymptomen sind. Die Übungsleitung behält sich vor ggf. Teilnehmende wieder nach Hause zu schicken, sollten Krankheitssymptome auftreten.
- Personen, bei denen COVID-19 oder eine Virusmutation diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen (nach der behördlich angeordneten Quarantäne) und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen.
- Ebenso von der Teilnahme der Übungsstunden ausgeschlossen sind Personen, die Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen hatten.

### 2. Distanzregeln

- Gruppen mit maximal 10 Personen sind auch kontaktfrei zugelassen. Geimpfte und Genesene zählen nicht mit, ebenso Kinder bis einschließlich 14 Jahre.
- Sollten mehrere 10er-Gruppen trainieren muss ein Abstand von 3 Metern zur nächsten 10er-Gruppe eingehalten werden sowie eine Dokumentation (Namensliste) jeder einzelnen Trainingsgruppe.
- Für Mannschaftssport gibt es keine Personenzahlbegrenzung. Dies betrifft alle Showturngruppen. Hier wird ein Negativnachweis empfohlen.
- Bei den Individualsportarten empfiehlt die DJK Flörsheim einen Abstand von 1,5 Metern zur nächsten Person einzuhalten.
- Bei allen Kursen ist auf die Einhaltung des gesetzlichen Abstands von 1,5 Metern beim Ankommen und Verlassen des Trainingsortes zu achten. Keine Grüppchenbildung vor oder nach der Trainingsstunden in den Ein- und Ausgangsbereichen.
- Die gesetzlich vorgeschriebene Mund-Nasen-Bedeckung (FFP2-Maske oder medizinische Schutzmaske) ist innerhalb der Hallen und auch der Freiluft-Flächen zu tragen und erst am Trainingsstandort (ggf. eigene Matte, zugeteilter Platz) abzunehmen.
- Generell wird ein Negativnachweis empfohlen. Die Trainer\*innen sind befugt diesen für den von ihnen geleiteten Kurs zu verlangen.
- Weiterhin wird empfohlen auf den Körperkontakt innerhalb der Gruppen zu verzichten.
- Korrekturen durch den Übungsleitenden dürfen erfolgen. Weiterhin wird eine Korrektur sprachlicher Art empfohlen.
- Wo möglich wird ein separater Ein- und Ausgang genutzt um „Stau“ zu vermeiden
- Bildung von Grüppchen vor und nach dem Training sind zu vermeiden.
- Korrekte Nies- und Hustenetikette ist einzuhalten.
- Zuschauer und Begleitpersonen während der Trainingsstunde sind weiterhin nicht zugelassen.

### 3. Zusätzliche Hygienemaßnahmen innerhalb der Trainingsstätte (Indoor)

- Die Übungsleitenden achten auf eine gute Durchlüftung des Trainingsortes vor, ggf. während und nach den Übungsstunden.
- Absprache der Übungsleiter\*innen untereinander bezüglich der genutzten Kleingeräte, Materialien, Turngeräte, Bodenläufer. Bei Nutzung der Geräte von mehreren Gruppen an einem Tag ist die Erstellung eines Verwendungsplanes notwendig.
- Umkleiden bleiben weiterhin geschlossen, bitte kommen Sie in Trainingsbekleidung und nutzen Sie den durch die/den Übungsleiter\*in ausgewiesenen Ablagebereich.
- Die Sanitäranlagen sind bis auf weiteres nur einzeln zu betreten, sofern es eine



## Hygienekonzept

pandemiebedingte Regelungen für Teilnehmende und Übungsleitende  
Gymnastik- und Turnabteilung  
DJK SC Schwarzweiß Flörsheim 1924 e.V. (Stand: 27.05.2021)



Toilettenanlage mit mehreren Toiletten gibt. Nach dem Toilettengang reinigt jede/r Teilnehmer\*in die Klobrille selbst und wäscht sich anschließend die Hände, Desinfektionsspray ist vorhanden.

- In den Sanitäranlagen steht Seife bereit, ein **eigenes Handtuch** bringt jede/r Teilnehmer\*in mit, damit vor, während und nach dem Training Handhygiene möglich ist.
- beim Aufsuchen und Verlassen des Trainingsortes ist die oben beschriebene Mund-Nasen-Bedeckung unerlässlich (FFP2-Maske oder medizinischer OP-Maske).

#### 4. Corona-Erkrankung - Bei eigener Erkrankung/ Erkrankung eines Angehörigen im eigenen Hausstand/ einer Kontaktperson/ Erkrankung Kursteilnehmenden

- Setzen Sie bei eigener Erkrankung in jedem Fall sofort den Übungsleitenden/Abteilungsleitenden/Vorstand in Kenntnis, sollte eine Corona-Erkrankung bei Ihnen festgestellt werden und sie in den letzten 14 Tagen einen Kurs bei uns besucht haben.
- Bei eigener Erkrankung und Erkrankung eines Angehörigen des eigenen Hausstands in den letzten 14 Tagen ist die Teilnahme am Training untersagt. Trainiert werden darf erst wieder, wenn das zuständige Gesundheitsamt die Quarantäne-Zeit offiziell für beendet erklärt. Ein entsprechender Nachweis muss dem Übungsleitenden und/oder Abteilungsleitenden vorgelegt werden.
- Bei Erkrankung einer Kontaktperson außerhalb der Familie in den letzten 14 Tagen ist die Teilnahme am Training ebenfalls untersagt. Wenn sie Kontaktperson der Kategorie 1 sind, ist die vorgegebene Quarantäne-Zeit des zuständigen Gesundheitsamts einzuhalten; ein entsprechender Nachweis muss auch hier bei Quarantäne-Beendigung vorgelegt werden.
- Bei Erkrankung eines Kursteilnehmenden behält sich die Abteilungsleitung vor nach Absprache mit dem Vorstand die entsprechende Gruppe bzw. Mannschaft 14 Tage vom Training auszuschließen.

#### 5. Urlaubsregelung

- Bei Rückkehr nach Aufhalten in inländischen und ausländischen Gebieten gelten die dann aktuellen gesetzlichen Bestimmungen der Quarantäne- und Testverpflichtungen für Kurs-Teilnehmende und -Leitende. Eine Vorlage des entsprechenden Nachweises ist obligatorisch.

#### 6. Dokumentationspflicht

- Eine Anmeldung der Teilnehmenden zum jeweiligen Kurs ist durch das Dokument Anmeldung zwingend notwendig. Diese muss der/dem Übungsleiter\*in und Abteilungsleitung **VOR** Beginn des Kurses vorliegen.
- Der Teilnehmende hat **VOR** Kursstart eine Selbstverpflichtung zu unterzeichnen. Da diese u.a. die Kenntnis und Bestätigung der Vereins- und Abteilungsregelungen beinhaltet, ist sie mit der Anmeldung zum Kurs vorzulegen.
- Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten werden jede Kursstunde geführt. Sollte ein Kursteilnehmer zu einer Übungsstunde nicht kommen können, sollte dies der Übungsleitung mitgeteilt werden.
- Im Corona-Krankheitsfall eines Teilnehmenden / Kursleiter\*in werden die Daten aus der Anmeldung auf Anfrage an das Gesundheitsamt übermittelt.



# Hygienekonzept

## pandemiebedingte Regelungen für Teilnehmende und Übungsleitende

### Gymnastik- und Turnabteilung

DJK SC Schwarzweiß Flörsheim 1924 e.V. (Stand: 27.05.2021)



#### 7. Schlussbestimmungen

- Der Vorstand behält sich vor, Teilnehmende und Übungsleitende bei Nicht-Beachtung der Regeln vom Trainingsbetrieb auszuschließen.
- Eine Aktualisierung der Regelungen erfolgt, wenn eine Änderung der Landes- und/oder Bundesregierung oder aber der Kommune in Kraft tritt und die obigen Punkte verschärft. Jede Aktualisierung wird auf der Homepage der DJK Flörsheim veröffentlicht.
- Mit Teilnahme an der Übungsstunde erkennen alle Kursaktiven - Sportler und Übungsleitende die obigen Regelungen mit Stand vom 27.05.2021 an. Übungsleitende und Teilnehmende werden bei Aktualisierung informiert.

Flörsheim, 27.05.2021

**DJK SC Schwarzweiß Flörsheim 1924 e.V.**  
gez. Patricia Bertram  
Abteilungsleitung Gymnastik und kommissarische Leitung Turnen