

# Hygienekonzept HSG Nordhorn e.V.



## Distanzregeln

- Es ist jederzeit ein Abstand von mindestens zwei Metern zwischen den anwesenden Personen einzuhalten.
- Jegliche Körperkontakte (außer bei Notfällen) sind vor, während und nach der Trainingseinheit untersagt. Wenn im Falle eines Notfalls der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, ist ein Mund – Nase – Schutz zu tragen. Dieser sollte dafür für alle Beteiligten immer in Reichweite bereitliegen.
- Die Trainingsinhalte werden vom Trainer so geplant, dass sämtliche Übungen jederzeit kontaktlos erfolgen.
- Auf körperliche Begrüßungen und Verabschiedungen ist zu verzichten.
- Das Betreten und Verlassen der Sportstätte erfolgt unter Einhaltung der Abstandsregel. Kann ein Abstand von zwei Metern dabei nicht eingehalten werden, ist ein Mundschutz zu tragen.
- Das Verlassen der Trainingsstätte erfolgt unmittelbar nach Trainingsende.

## Hygieneregeln

- Vor dem Trainingsbeginn müssen bei Betreten der Trainingsstätte die Hände desinfiziert werden.
- Alle benutzten Sportgeräte werden nach der Trainingseinheit von den Übungsleitenden desinfiziert.
- Die Hust – und Niesetikette ist einzuhalten.
- Lautes Sprechen, Rufen oder Brüllen ist zu vermeiden
- Jeder Teilnehmer muss seine eigene Trinkflasche mitbringen und darf auch nur diese benutzen.

## weitere organisatorische Maßnahmen

- Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in den Trainingsstätten bleibt vorerst untersagt, Gesellschafts – und Gemeinschaftsräume bleiben geschlossen. Toiletten werden einzeln aufgesucht.
- Soweit möglich, öffnet der Trainer alle Türen zur Trainingsfläche, um u. a. unnötigen Kontakt an den Türklinken zu vermeiden.

- Alle Teilnehmer der Trainingseinheit reisen bereits in Sportbekleidung an. Auf die Bildung von Fahrgemeinschaften wird dabei verzichtet.
- Die Übungsleiter führen Listen aller Trainingsteilnehmer und bewahren diese mindesten 4 Wochen lang auf. Ist der Teilnehmende bereits Mitglied im Verein, genügt hierbei der Name des Anwesenden. Es ist sicherzustellen, dass eine aktuelle Telefonnummer des Teilnehmers oder eines Erziehungsberechtigten vorliegt.
- Die Anwesenheitslisten der Trainingseinheiten werden von den Trainern zum Hygienebeauftragten versendet.
- Die Möglichkeit von Gastspielern wird vorerst ausgesetzt.
- Trainingsgruppen werden verkleinert, die Trainingsintensität ist anzupassen. Die einmal gebildeten Gruppen werden untereinander nicht gemischt, sondern bleiben in der gleichen Zusammensetzung bestehen.
- Bei Krankheitssymptomen ist der Trainingseinheit fernzubleiben.
- Zuschauer sind während der Trainingseinheit nicht erlaubt.
- Kontakte unter Übungsleitern werden auf ein Mindestmaß reduziert und dokumentiert.