

# VfL 1848 Bad Kreuznach e.V.

## **Richtlinien Wiederaufnahme Sportbetrieb Jahnhalle**

### Vorwort

Mit Grundlage der 8. Corona-Bekämpfungsverordnung der Landesregierung Rheinland-Pfalz vom 25.05.2020 ist eine Aufnahme des Sportbetriebs in geschlossenen Hallen **ab dem 27.05.2020** möglich. Um im VfL 1848 Bad Kreuznach e.V. den Sportbetrieb in unserer Jahnhalle schrittweise aufnehmen zu können, haben wir Richtlinien erarbeitet, die bei jeder durchgeführten Sportstunde zu beachten sind. Es kommt eine hohe Verantwortung auf die individuelle Sportgruppe, jeden einzelnen Teilnehmer sowie auf unsere Übungsleiter zu, um die Sportstunden möglichst sicher zu gestalten. Da in geschlossenen Räumen das Infektionsrisiko nach derzeitigem Kenntnisstand höher ist als an der frischen Luft, ist die Einhaltung folgender Regelungen für den Sportbetrieb im Inneren unumgänglich.

### Allgemeine Regelungen

- Mitglieder und Übungsleiter sind angehalten, bereits in Sportkleidung zu den Übungsstunden zu kommen. Ein Umziehen in der Jahnhalle ist nicht möglich!
- Die Jahnhalle sollte nur von Sportler\*innen und Übungsleitern betreten werden. Begleitpersonen sind zu vermeiden.
- Beim Betreten der Jahnhalle muss eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden. Diese darf erst im Übungsraum abgenommen werden. Vor Verlassen des Übungsraumes ist die Mund-Nasen-Bedeckung wieder anzuziehen.
- In der Jahnhalle gilt ein Einbahnstraßensystem. Dieses ist durch Pfeile an den Wänden und auf dem Boden gekennzeichnet. Es darf nur in Pfeilrichtung und unter Einhaltung eines Abstandes von mindestens 1,50m gegangen werden.
- Die Umkleiden und Duschen sind gesperrt. Die Toiletten im Bereich der Umkleiden sowie im oberen Teil der Jahnhalle können genutzt werden. Hier ist ein Händewaschen mit Seife beim Betreten und Verlassen der Jahnhalle möglich.
- Um das Infektionsrisiko an Türgriffen zu vermeiden, bleiben alle Durchgangstüren geöffnet. Türen zu Übungsräumen und Toiletten können geschlossen werden. Die Türgriffe werden regelmäßig durch die Geschäftsstelle desinfiziert.
- Alle Teilnehmer von Sportgruppen, die im Inneren trainieren, müssen das Formblatt „Einverständniserklärung zur Teilnahme am Sportangebot während der Corona-Pandemie“ unterschreiben. Die Teilnahme am Sportangebot erfolgt freiwillig.
- Übungsräume dürfen nur im Beisein des Übungsleiters betreten werden. Dies darf auch nur dann erfolgen, wenn der Übungsleiter der vorherigen Gruppe den Übungsraum „frei“ gegeben hat.
- Vor den Übungsräumen sind Wartebereiche mit Abstandsmarkierungen gekennzeichnet. Mitglieder, die vor einem Übungsraum warten, werden gebeten, sich an die entsprechenden Markierungen zu halten und ausreichend Platz für vorbeigehende Mitglieder zu lassen. Um unnötige Wartezeiten zu vermeiden, bitten wir alle Mitglieder, frühestens 5 Minuten vor Beginn der Trainingsstunde die Jahnhalle zu betreten.
- Anweisungen der Übungsleiter und der Geschäftsstellenmitarbeiter ist Folge zu leisten.

## **Allgemeine Durchführung von Trainingseinheiten**

- Bei jeder Sporteinheit sind die Teilnehmenden in einer Anwesenheitsliste zu erfassen. Die Listen sind zeitnah an die Geschäftsstelle weiterzuleiten und werden 4 Wochen unter Wahrung des Datenschutzes aufbewahrt. Die Teilnehmenden sind hierüber vor Beginn jeder Sporteinheit hinzuweisen.
- Zu Beginn der Übungsstunde wird durch den Übungsleiter auf die Abstands- (in der Halle mindestens 4-5 Meter) und Hygieneregeln hingewiesen sowie die Teilnehmer zu ihrem Gesundheitszustand befragt. Bei Vorliegen von Symptomen wie z.B. Fieber, Husten, Schnupfen und/oder grippeähnlichen Symptomen dürfen Übungsleiter bzw. Teilnehmer nicht an der Übungsstunde teilnehmen.
- Soweit möglich sollten die Sportler ihre eigenen Sportgeräte zum Training mitbringen (z.B. Gymnastikmatte). Sollte das nicht möglich sein, müssen die Sportgeräte nach jeder Nutzung desinfiziert werden. Flächendesinfektionsmittel steht in jedem Übungsraum zur Verfügung (ACHTUNG: Nicht für die Hände oder sonstige Körperstellen geeignet!). Auf Kleingeräte sollte nach Möglichkeit verzichtet werden.
- Das Training muss kontaktfrei durchgeführt werden. Während des Trainings muss ein ständiger Abstand von mindestens 4-5m zwischen allen Teilnehmern und Übungsleitern eingehalten werden. Spiel- und Wettkampfformen, in denen ein direkter Körperkontakt möglich ist, sind untersagt.
- Partnerübungen sowie taktile Korrekturen durch den Übungsleiter sind zu unterlassen.
- Bei der Planung von Übungsstunden sollten diese so eingeteilt, bzw. beendet werden, dass anschließend ausreichend Zeit zum Desinfizieren von Sportgeräten innerhalb der eigentlichen Trainingszeit besteht.
- Um während des Trainings zu Trinken sind nur personalisierte Flaschen (z.B. durch Namensbeschriftung) zu benutzen.

## **Regelungen für einzelne Übungsräume in der Jahnhalle**

Aufgrund der unterschiedlichen Beschaffenheit der Übungsräume in der Jahnhalle gelten neben den oben beschriebenen allgemeinen Regelungen weitere individuelle Regelungen, die von den dort trainierenden Gruppen ebenfalls zu beachten sind.

### **Trainingsraum Dojo**

- Im Dojo dürfen aufgrund der Raumgröße maximal 13 Personen (12 Sportler + 1 Übungsleiter) gleichzeitig anwesend sein. Trainingsgruppen sind von den Abteilungen und Übungsleitern entsprechend anzupassen.
- Der Wartebereich für das Dojo befindet sich im Bereich der kleinen Treppe und des „Straßenschuhgangs“ bei den Umkleiden.
- Die Mattenfläche wird an die Seite geräumt. Sollten bei einzelnen Übungen (z.B. Judorolle) Matten benötigt werden, sind diese von der Übungsgruppe aufzubauen und anschließend mit dem bereitgestellten Desinfektionsmittel zu reinigen.
- Aufgrund der geringen Raumgröße ist der Dojo-Anbau für den Sportbetrieb gesperrt.
- Beim Durchführen von Trainingseinheiten sollten neben der Belüftungsanlage zusätzlich die Fenster und Türen zur Belüftung des Raumes geöffnet werden.
- Beim Verlassen des Übungsraumes ist den orangen Pfeilen Richtung Ausgang zu folgen!

### **Trainingsraum Fitness**

- Das Training im Krafraum beginnt ab dem 02. Juni 2020.
- Im Krafraum dürfen aufgrund der Raumgröße maximal 6 Personen (5 Sportler + Übungsleiter) gleichzeitig anwesend sein.

- Der Wartebereich für den Kraftraum befindet sich im Bereich zwischen Dojo und Kraftraum. Weitere zusätzliche Warteplätze sind im Bereich der Spinde.
- Die Spinde dürfen nicht benutzt werden. Sporttaschen können im Kraftraum abgelegt werden.
- Das offene Training im Kraftraum ist vorübergehend nicht möglich. Für das Training im Kraftraum werden folgende Zeiten ermöglicht:
  - Montag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag: 10.30 – 12.00 Uhr (nur Senioren!)
  - Montag – Donnerstag: 17.00 – 18.00 Uhr, 18.00 – 19.00 Uhr, 19.00 – 20.00 Uhr
  - Samstag: 12.00 – 13.00 Uhr, 13.00 – 14.00 Uhr, 14.00 – 15.00 Uhr

Mitglieder der Fitnessabteilung müssen sich wochenweise für die aufgeführten Trainingsstunden in der Geschäftsstelle anmelden. Dies ist zu den Öffnungszeiten der Geschäftsstelle möglich. Eine Teilnahme am Training ist erst dann möglich, wenn die Anmeldung von der Geschäftsstelle bestätigt wurde. Die Trainingsteilnahme ist auf 3x pro Woche pro Mitglied begrenzt um allen Mitgliedern der Fitnessabteilung ein Training zu ermöglichen!

- Das Crossfit-Training findet nicht statt. Ebenso sind vorübergehend keine Probetrainings möglich.
- Beim Training ist an jedem Gerät ein Handtuch unterzulegen (Handtücher müssen von zu Hause mitgebracht werden!). Ebenso sind die Griffe der Trainingsgeräte nach jeder Nutzung durch das Mitglied zu desinfizieren. Desinfektionsmittel wird bereitgestellt und von den Übungsleitern ausgegeben.
- Ein zeitgleiches Training an benachbarten Geräten ist untersagt und wird vom Übungsleiter kontrolliert.
- Beim Durchführen von Trainingseinheiten sollten neben der Belüftungsanlage zusätzlich die Fenster und Türen zur Belüftung des Raumes geöffnet werden.
- Beim Verlassen des Übungsraumes ist den orangen Pfeilen Richtung Ausgang zu folgen!

### **Trainingsraum Ringen**

- Im Ringerraum dürfen aufgrund der Raumgröße maximal 7 Personen (6 Sportler + Übungsleiter) gleichzeitig anwesend sein.
- Der Wartebereich für den Ringerraum befindet sich im Bereich zwischen Ringerraum und Kraftraum.
- Da die Mattenfläche ein fester Bestandteil des Raumes ist, ist diese nach jeder Trainingseinheit mit dem entsprechenden Desinfektionsmittel zu reinigen.
- Beim Durchführen von Trainingseinheiten sollten neben der Belüftungsanlage zusätzlich die Fenster und Türen zur Belüftung des Raumes geöffnet werden.
- Beim Verlassen des Übungsraumes ist den orangen Pfeilen Richtung Ausgang zu folgen!

### **Jahnhalle (kleiner Hallenteil)**

- Im kleinen Hallenteil der Jahnhalle dürfen aufgrund der Raumgröße maximal 19 Personen (18 Sportler + 1 Übungsleiter) gleichzeitig anwesend sein.
- Der Wartebereich für den kleinen Hallenteil befindet sich im Bereich des hinteren Treppenaufgangs.
- Beim Durchführen von Trainingseinheiten sollten neben der Belüftungsanlage zusätzlich die Notausgangstür Richtung Parkplatz zur Belüftung des Raumes geöffnet werden. Ebenso werden die oberen Seitenfenster der Jahnhalle geöffnet.
- Beim Verlassen des Übungsraumes ist den orangen Pfeilen Richtung Ausgang zu folgen!

### **Jahnhalle (großer Hallenteil)**

- Im großen Hallenteil der Jahnhalle dürfen aufgrund der Raumgröße maximal 25 Personen (24 Sportler + 1 Übungsleiter) gleichzeitig anwesend sein.

- Der Wartebereich für den großen Hallenteil befindet sich im Bereich der Sportgerätegaragen Richtung „Regieraum“.
- Im Bereich zwischen den Sportgerätegaragen und der Ausgangstür befindet sich ein gesperrter Bereich. Dieser dient als Wegführung Richtung Ausgang und muss zwingend freigehalten werden.
- Beim Durchführen von Trainingseinheiten sollten neben der Belüftungsanlage zusätzlich die oberen Seitenfenster der Jahnhalle geöffnet werden.
- Beim Verlassen des Übungsraumes ist den orangen Pfeilen Richtung Ausgang zu folgen!

Für einzelne Sportarten gibt es ggf. weiterführende Richtlinien und Regelungen. Wir bitten daher um Beachtung der Pläne zur stufenweisen Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes der einzelnen Sportfachverbände. Diese können von unserer Geschäftsstelle zugeschickt oder auf den Internetseiten des jeweiligen Fachverbandes sowie auf der Homepage des LSB Rheinland-Pfalz eingesehen werden.

Bei Fragen zu den einzelnen Maßnahmen steht das Geschäftsstellenteam des VfL 1848 Bad Kreuznach e.V. als Ansprechpartner zur Verfügung.

Bad Kreuznach, den 26.05.2020

Fabian Neumann  
Geschäftsführer