

Liebe Sportler\*innen,

für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben gelten folgende Verhaltensmaßnahmen:

- Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln (Händewaschen, Niesetikette, etc.)
- Distanzregeln: Der Mindestabstand von 2 Meter während des Trainings muss eingehalten werden, wobei dies in vielen Fällen nicht ausreichend ist, da durch die Bewegung und die höhere Atemfrequenz und Ausatemvolumen die Tröpfchen deutlich weiter getragen werden.
- Die Empfehlung zum Sporttreiben während der Sars-CoV-2-Pandemie besagt, dass 4-5m Abstand bei Bewegung nebeneinander in die gleiche Richtung eingehalten werden sollten.
- Da das Infektionsrisiko im Windschatten am größten ist, ist ein nebeneinander oder versetztes Trainieren zu empfehlen.
- Auf Körperkontakt ist zu verzichten.
- Desinfektionsmaßnahmen insbesondere bei Nutzung von Sportgeräten, einhalten.
- Soweit möglich mit persönlichen Sportgeräten trainieren.
- Umkleiden und Duschräume bleiben geschlossen, ausgenommen Toiletten. Die Sportler\*innen kommen in angemessener Kleidung zum Trainingsort.
- Bei Ankunft, Pause und Ende des Trainings sind Masken zu tragen, wenn der Abstand nicht eingehalten werden kann.
- Die Sportstätte sollte nur von Sportlerinnen und Sportler betreten werden, Begleitpersonen sind zu vermeiden.
- Angehörige von Risikogruppen besonders schützen.
- Risiken in allen Bereichen minimieren.
- Eintrag in die Teilnahmeliste zum Nachvollziehen einer möglichen Infektionskette.

Selbstverständlichkeit: Nur, wer in eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen. Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Zeugnis wieder am Training teilnehmen.

Um dies alles einzuhalten, kann der Vorstand die Verantwortung nicht alleine tragen. Dies funktioniert nur wenn wir uns alle daran halten.

Vielen Dank für Euer Verständnis.

Turngemeinde 1906 Biblis eV  
Der Vorstand