

Leitfaden für das „Mutter-Kind-Turnen“ im MTV Oering

I. Grundsätzliches

- Geltende Hygiene- und Abstandsregeln (Leitplanken des DOSB, DTB-Empfehlungen, behördliche Verordnungen) sind jederzeit einzuhalten.
- Regelmäßige Reinigung und/oder Desinfektion von benutzten Turn- und Sportgeräten, Kleingeräten, Bällen, Ablageflächen, Musikanlagen, Hilfsmitteln, etc. mit geeigneten Desinfektionsmitteln (bei empfindlichen Oberflächen von Großgeräten Flächendesinfektionsmittel, die keinen Alkohol enthalten, zum Beispiel mit quarternären Ammoniumverbindungen der Hersteller B. Hartmann, Schülke-Mayr, Ecolab, ansonsten Desinfektionsmittel mit mind. 61% Alkoholgehalt).
- Sollte eine Gerätedesinfektion nicht möglich sein, sind in jedem Fall die Hände bei jedem Gerätewechsel mindestens zu waschen, idealerweise jedoch zu desinfizieren.
- Es dürfen nur Personen der jeweiligen Trainingsgruppen anwesend sein (keine Begleitpersonen).
- Ein Baby bzw. Kind und ein Elternteil werden dabei als eine Einheit betrachtet. Es sollte nach möglichst stets das gleiche Elternteil am Training teilnehmen.
- Jeder Teilnehmende erhält einen zugewiesenen Bereich für die Ablage des persönlichen Equipments sowie für den Aufenthalt während Pausenzeiten.

II. HYGIENEKONZEPT

- ✓ Grundsätzlich ist der Mindestabstand (1,5 Meter) während des gesamten Aufenthaltes auf der Sportanlage einzuhalten. Dieser muss sowohl beim Betreten und Verlassen des Sportgeländes als auch vor, während und nach dem Training eingehalten werden und ist durch die jeweiligen Übungsleiter zu überwachen!
In gemeinsamen Pausen ist durch den jeweiligen Übungsleitenden ebenfalls darauf zu achten, dass die Abstandsregel eingehalten wird (Alle bleiben im zugewiesenen, eigenen Trainingsbereich).
- ✓ Körperkontakte, insbesondere körperliche Begrüßungsrituale (z. B. Händedruck/Umarmungen) sind zu unterbleiben.
- ✓ Trainingsgruppen sind so klein wie möglich zu halten.
- ✓ Die Hust- und Nies-Etikette (Armbeuge oder Einmal-Taschentuch) ist zu beachten.
- ✓ Die Hände und ggf. Füße (bei Barfußtraining) von Übungsleitern, Babys bzw. Kindern und Elternteil sind mit Wasser und Seife (mindestens 30 Sekunden) vor und nach jedem Training sowie nach jedem Toilettengang zu waschen und / oder zu desinfizieren.
- ✓ Spucken und Naseputzen ist zu unterlassen.
- ✓ Sportgeräte sind regelmäßig, d. h. vor und nach jeder Trainingsgruppe zu reinigen bzw. desinfizieren.
- ✓ Gegenstände und Kleingeräte sind weiterhin von zuhause mitzubringen und nach jeder Nutzung mit Seife abzuwaschen bzw. zu desinfizieren.
- ✓ Als Unterlage und zum Händetrocknen bringen Eltern eigene Handtücher mit.
- ✓ Zum Abwischen von Schweißbringen Kinder, Eltern und die jeweiligen Übungsleitungen ihr eigenes kleines Handtuch mit.

III. VERDACHTSFÄLLE COVID-19

Zur raschen Aufklärung von Verdachtsfällen auf eine COVID-19-Erkrankung sind versch. Regelungen zu treffen:

- ☒ Eine Teilnahme am Trainings- und Spielbetrieb ist für alle Beteiligten nur bei symptomfreiem Gesundheitszustand möglich.
- ☒ Personen mit verdächtigen Symptomen (Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome) müssen die Sportstätte umgehend verlassen bzw. dürfen diese gar nicht betreten. Dies gilt auch, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.

- ☒ Bei positivem Test auf das Coronavirus gelten die behördlichen Festlegungen zur Quarantäne. Die betreffende Einheit darf frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen. Die jeweiligen Übungsleiter haben dies vor jedem Training abzufragen.
Gleiches gilt bei positiven Testergebnissen in demselben Haushalt!
- ☒ Fühlen sich Trainingsteilnehmer (Übungsleiter / Spieler*innen) aus gesundheitlichen Gründen unsicher in Bezug auf das Training oder eine spezielle Übung, ist auf eine Durchführung dringend zu verzichten.

IV. ORGANISATORISCHES

- ☞ Es gelten immer die jeweils lokal gültigen Verordnungen.
- ☞ Die folgenden Personen stehen als **Hygienebeauftragte** der beiden Vereine zur Verfügung:

✓ Frau Jacqueline Teske:	jacky.teske86@gmail.com	0162 / 1339213
✓ Herr Thomas Gaus:	thomas.gaus@web.de	0176 / 76614406
✓ Herr Thomas Möller:	tamutho@email.de	0152 / 27095506
- ☞ Mit diesem Leitfaden sowie dem Hygienekonzept werden alle Trainingsteilnehmer, Eltern, Übungsleiter, Betreuer und / oder Funktionäre des MTV Oering in die Vorgaben und Maßnahmen zum Trainings- und Spielbetrieb unterwiesen.
- ☞ Personen, die nicht zur Einhaltung dieser Regeln bereit sind, ist im Rahmen des Hausrechts der Zutritt zu verwehren bzw. sind der Sportstätte zu verweisen.
- ☞ Vor der Aufnahme des Trainingsbetriebs müssen alle teilnehmenden Personen rechtzeitig aktiv über die Hygieneregeln in verständlicher Weise informiert werden.
- ☞ Sowohl das Betreten als auch das Verlassen des Sportgeländes darf ausschließlich durch die hierfür anhand von Beschilderungen gekennzeichneten Ein- und Ausgänge erfolgen.
- ☞ Die Sportstätte muss, vor allem im Zugangsbereich der Sportstätte sowie am Eingang von Vereinsheimen, ausreichend Wasch- und Desinfektionsmöglichkeiten bieten.
- ☞ Für den Notfall steht ein Erste-Hilfe-Koffer bereit.
- ☞ Der Vorstand informiert alle Übungsleitenden über das vereinspezifische Konzept für das Sporttreiben während der Corona-Pandemie. Die Übungsleitenden bestätigen den Erhalt.
- ☞ **Alle Sporttreibenden bzw. bei Minderjährigen deren Eltern sind** von ihren jeweiligen Übungsleitern über die neuen Trainingsbedingungen, die Leitplanken des DOSB und die vereinspezifischen Regeln **vor Aufnahme des Trainingsbetriebs** z. B. durch schriftliche Information per E-Mail **zu informieren. Eine entsprechende Information erfolgt auch auf der Homepage des MTV Oering.**

V. HINWEISE TRAININGSBETRIEB

☞ GRUNDSÄTZE

- ☒ Die jeweiligen Übungsleiter informieren die Trainingsgruppen über die Maßnahmen und Regelungen des Hygienekonzepts.
- ☒ Den Anweisungen der jeweiligen Übungsleiter zur Nutzung der Sportstätte ist Folge zu leisten.
- ☒ Um eine bestmögliche Trainingsplanung zu ermöglichen, ist eine rechtzeitige Rückmeldung, ob man am Training teilnehmen kann, notwendig.
- ☒ Anhand dessen bereiten die jeweiligen Übungsleiter die Sportanlage dergestalt vor, als das für jede Einheit ein eigener Trainingsbereich ggf. durch Markierungen (z. B. Matten, Hütchen) vorbereitet wird.
- ☒ Jeder Einheit ist bei Betreten des Sportgeländes ein eigener Trainingsbereich zuzuweisen.
- ☒ In der Trainingsvorbereitung ist durch die Übungsleiter zu prüfen, inwiefern eigenes Equipment durch die Sporttreibenden mitgebracht werden kann (z. B. Gymnastik-Matten, Handtuch als Unterlage, Trainingsmaterialien, Spiel- und Handgeräte, Trinkflaschen, etc.)
- ☒ Die jeweiligen Übungsleiter erstellen nach jedem Training eine Anwesenheitsliste der Trainingsteilnehmer (Angaben: Datum, Ort, Name der einzelnen Einheiten und Übungsleiter, Telefon, ggf. Anschrift)!
- ☒ Die jeweiligen Übungsleiter haben die Teilnehmerlisten bei Bedarf den Hygienebeauftragten zur Verfügung zu stellen!
- ☒ Zwischen den einzelnen Trainingseinheiten der verschiedenen Trainingsgruppen muss ein zeitlicher Mindestabstand von mindestens 45 Minuten liegen. So muss das Trainingsgelände spätestens 25 Minuten nach Trainingsende verlassen sein und darf frühestens 10 Minuten vor Trainingsbeginn betreten werden!
- ☒ Kinder, Eltern und die jeweiligen Übungsleitungen kommen bereits in Sportbekleidung zur Übungsstunde.
- ☒ Die Übungsleiter haben vorab dafür zu sorgen, dass die Sporttreibenden nicht gemeinsam, sondern mit Abstand das Sportgelände betreten.
- ☒ Sollte das Sportgelände noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.
- ☒ Bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.

- ⊗ Die Aufsichtspflicht von Minderjährigen muss dabei jederzeit gewährleistet bleiben.
- ⊗ Durch die Übungsleiter ist auf ein zügiges Verlassen des Trainingsgeländes hinzuweisen
- ⊗ Gemeinsames Treffen und Austausch sowie Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder Nachgang sind untersagt.
- ⊗ Bis zum Erreichen und nach dem Verlassen des von den Übungsleitern zugewiesenen Trainingsbereiches ist ein Nasen-Mundschutz zu tragen.
- ⊗ Zu klären ist, ob potenziell am Training Teilnehmende einer Risikogruppe (besonders Ältere und Menschen mit Vorerkrankung) angehören. Auch für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Training von großer Bedeutung, weil eine gute Fitness vor Komplikationen der COVID-19-Erkrankung schützen kann. Umso wichtiger ist es, ganz besonders für sie das Risiko bestmöglich zu minimieren.
- ⊗ Zwar gilt das Kontaktverbot (Definition: Ansammlungen im öffentlichen Raum und Zusammenkünfte zu privaten Zwecken mit mehr als 10 Personen sind unzulässig!) nach aktueller Rechtslage nicht. Es wird jedoch empfohlen, die Trainingsgruppen möglichst klein zu halten, um Infektionsketten so niedrig wie möglich zu halten. Dies kann beispielsweise durch Aufteilung der Trainingsgruppe in zwei feste Gruppen und einen wöchentlichen Wechsel beider Gruppen stattfinden. Bei der Bildung der jeweiligen Gruppen sollte berücksichtigt werden, dass z. B. Personen, die im gleichen Haushalt leben (Geschwister) oder dieselbe Schulklasse bzw. Kita-Gruppe besuchen, bevorzugt miteinander trainieren.
- ⊗ Ein Wechsel zwischen den jeweiligen Gruppen ist nicht möglich.

➔ IN DER SPORTSTÄTTE

- ⊗ Die Nutzung und das Betreten der Sportstätte ausschließlich dann erlaubt, wenn ein eigenes Training geplant ist.
- ⊗ Zuschauende Begleitpersonen sind grundsätzlich nicht erlaubt.
- ⊗ Der Zugang zu Toiletten sowie Waschbecken mit Seife muss während des Trainingsbetriebs sichergestellt sein.
- ⊗ Das **Betreten und der Aufenthalt in den geschlossenen Räumlichkeiten** der Sporthäuser in Seth und Oering ist **nur zum jeweils notwendigen Zweck** (Umkleide, Duschen, Toilettengang) erlaubt und selbst dann **auf das notwendige zeitliche Maß zu beschränken!**
- ⊗ Die **Anzahl an Personen**, die sich gleichzeitig in einer Umkleidekabine oder einer Sammeldusche aufhalten, ist **dergestalt an die Raumgröße anzupassen, als dass stets ein Mindestabstand von 1,5 Metern gewährleistet ist.** Ggf. sind **einzelne Sitzplätze** oder **Duschen** durch die jeweiligen Übungsleiter **zu sperren**, um einen Mindestabstand von 1,5 Metern zu gewährleisten!
- ⊗ Ggf. sind **weitere Umkleideräume und Sammelduschen zu nutzen**, um – insbesondere hinsichtlich der Abstandsregelung - hinreichend Umkleide- und Duschkmöglichkeiten zur Verfügung zu stellen.
- ⊗ In den Fluren ist stets **an der - in „Gehrichtung“ - rechten Flurwand** zu gehen bzw. **die rechte Flurseite** zu benutzen und dabei **nicht die halbe Breite des Flures zu überschreiten!**
- ⊗ **Abstandsregelungen** sind ggf. **durch gut sichtbare** Schilder, Aufkleber auf dem Boden oder sonstige **optische Hilfsmittel dargestellt!**
- ⊗ **Hinweisschilder auf Hygiene- und Abstandsregelungen** (Mindestabstand, Husten- und Niesetikette, Händewaschen, nicht ins Gesicht fassen, Desinfektionsmittel nutzen) **sind** für alle gut sichtbar aufgehängt und selbstverständlich **einzuhalten!**
- ⊗ **Flüssigseife, Einmalhandtücher und Desinfektionsspender sind** in ausreichendem Maße **bereitgestellt!**
- ⊗ **Oberflächen, die häufig von Personen berührt werden** (z.B. Türklinken, Wasserhähne, etc.) sowie alle Räumlichkeiten der Sporthäuser in Seth und Oering **werden regelmäßig** durch die zuständigen Reinigungskräfte **gereinigt!**
- ⊗ Die **jeweiligen Übungsleiter** haben dafür Sorge zu tragen, dass alle Räumlichkeiten (Toiletten, Umkleideräume und Sammelduschen), die genutzt werden sollen bzw. genutzt werden, **vor, während und nach dem Training regelmäßig und ausreichend ge- bzw. durchlüftet** werden (z. B.: Vor und nach dem Training sämtliche Fenster sowie Innen- und Außentüren für 5 Minuten vollständig öffnen, während des Trainings sämtliche Fenster auf Kippstellung, nach der Umkleide bzw. dem Duschen nochmals sämtliche Fenster sowie Innen- und Außentüren für 5 Minuten vollständig öffnen)!
- ⊗ Für die Nutzung von Toiletten sind geeignete Zugangsregelung dergestalt geschaffen worden, als dass sich **in jedem Toilettenraum jeweils nur eine Person zurzeit aufhalten** darf!
- ⊗ **Vor dem Betreten des Toilettenraumes** ist sich (z. B. durch lautes Nachfragen) zu **vergewissern, dass sich darin keine Person befindet.** Erst dann darf der Toilettenraum **betreten** werden!
- ⊗ Ggf. sind **weitere / andere Toilettenräume zu nutzen!**
- ⊗ **In geschlossenen Räumen** (Umkleidekabinen, Toiletten) wird das Tragen einer **Mund-Nasen-Bedeckung empfohlen!**

- ⊗ Es wird **empfohlen**, bei Trainingsgruppen über 10 Person **von einer Nutzung der Umkleidekabine und Sammelduschen abzusehen**, da dies nicht nur für den Vorstand des MTV Oering sondern insbesondere auch für die jeweiligen Übungsleiter mit einem großen organisatorischen Aufwand verbunden ist!

➔ **Für die Übungsleitenden**

- ⊗ Werden für das Training kleinere Sport- und Spielgeräte benötigt, so muss der Aufbau für jedes Training koordiniert und organisiert werden. Dieser sollte mit möglichst wenigen Personen vorgenommen werden.
- ⊗ Die jeweiligen Übungsleiter sollten dabei klare Anweisungen an die Sporttreibenden geben, damit die Aufgabenverteilung verständlich ist.
- ⊗ Bei kleinen Aufbauten ist es eventuell möglich, dass der Aufbau bereits vor Beginn des Trainings vom jeweiligen Übungsleiter allein durchgeführt wird.
- ⊗ Ebenso muss auch der Abbau der Geräte koordiniert werden.
- ⊗ Das Training mittels eines Stationstrainings hat zwingend zu unterbleiben!
- ⊗ Der Gerätewechsel ist so gering wie möglich zu halten.
- ⊗ Generell sollten nur Übungen ausgewählt werden, die ohne die Hilfestellung des jeweiligen Übungsleitenden durchgeführt werden können.
- ⊗ Auf Partnerübungen ist zu verzichten.
- ⊗ Anstelle von Korrekturen über taktile Reize sollten andere Rückmeldemöglichkeiten genutzt werden (verbal, etc.), Helfen und Sichern durch die Übungsleitenden und Mittrainierenden sollte auf ein Minimum reduziert werden.

VI. **Schlußbestimmungen:**

- ☺ **Die Anweisungen** auf den Beschilderungen am und auf dem Trainingsgelände - insbesondere zum Betreten und Verlassen der Sportstätten an den Ein- und Ausgängen sowie zu den Hygienevorschriften im Toilettenbereich – **sind unbedingt zu befolgen!**
- ☺ Der Vorstand des MTV Oering behält sich die **Kontrolle der Vorgaben und deren Umsetzung** vor. Dabei erfolgt ein regelmäßiger Austausch mit den Übungsleitenden und eine regelmäßige Kontrolle der vorhandenen Hygieneartikel. Sollte festgestellt werden, dass einige Punkte nicht umsetzbar oder zu verändern sind, wird ggf. in der Planung nachjustiert werden.
- ☺ **Dieser Leitfaden ist** nach bestem Wissen erstellt und für alle Trainingsteilnehmer, Eltern, Trainer, Betreuer und Funktionäre des MTV Oering **bindend!**
- ☺ Eine **Haftung bzw. Gewähr** für die Richtigkeit der Angaben in diesem Leitfaden und insbesondere eine Haftung für mögliche – auch gesundheitliche - Folgen / Schäden aufgrund der Trainings- / zukünftigen Spielteilnahme bzw. des Trainings- / zukünftigen Spielbesuchs **kann vom Vorstand des MTV Oering nicht übernommen werden!**
- ☺ **Bei Zuwiderhandlungen** durch Trainingsteilnehmer, Spieler, Eltern, Trainer, Übungsleiter, Betreuer und / oder Funktionäre des MTV Oering behält sich der Vorstand des MTV Oering – auch **rechtliche – Konsequenzen** vor!
- ☺ Der Vorstand des MTV Oering behält sich die **jederzeitige Änderung oder Aufhebung dieses Leitfadens** vor!
- ☺ **Die zuständigen Behörden, die Gemeinde Oering und / oder der Vorstand des MTV Oering können weitergehende oder abweichende Regelungen** zum Infektionsschutz **sowie Nutzungsbeschränkungen bis hin zur Schließung der Sportstätte Orten treffen!**
- ☺ Der **Vorstand des MTV Oering behält sich die jederzeitige und unverzügliche Einschränkung oder die Einstellung des Trainingsbetriebs** vor!

Bitte denkt / denken Sie stets daran:

Der Schutz der Gesundheit steht über allem!

Und:

Die Gesundheit aller am Trainingsbetrieb Beteiligten sowie die Eindämmung der COVID-19-Pandemie haben weiterhin oberste Priorität!

Mit herzlichen Grüßen und bleiben Sie gesund!

Der Vorstand des **MTV Oering**