

# Hygienekonzept und Sicherheitsmaßnahmen des TSV Poing e.V. Fitness 01.06.2021

**Zumba Strong-Fitnessworkout im Raum 4 Bürgerhaus**

**Mittwochs 17:30 - 19:00 Uhr**

## **1. Reduzierung der Teilnehmerzahl & Abstandsregel**

Max. 9 TN + Trainer. Die TN achten beim Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten auf den Mindestabstand von 1,5 m, außer es handelt sich um Personen des gleichen Haushaltes.

## **2. Trainingsart : work-out + Mattentraining**

Jeder TN bringt seine eigene Gymnastikmatte mit. Das Training findet ausschließlich auf einen festen Platz und auf der Matte mit selbst mitgebrachten Trainingsgeräten wie z.B. Handtuch oder Hanteln statt.

## **3. Benutzung von Sport- und Trainingsgeräten**

Es werden möglichst keine Trainingsgeräte aus den Räumlichkeiten verwendet. Sollte ein TN eine Matte brauchen, wird diese nach dem Training desinfiziert. Zudem haben die TN große Badehandtücher zum Abdecken der Matten dabei.

## **4. Dauer der Sporeinheit**

60 Minuten. Der Trainer ist mind. 10 Minuten vor Trainingsbeginn da und lüftet komplett durch. Alle 15 Minuten werden die Fenster für 5 Minuten geöffnet oder bleiben bei passender Witterung geöffnet.

## **5. Anlagen**

Toiletten sind zugänglich. Teilnehmer und Trainer sollen bereits umgezogen zum Training kommen.

## **6. Maskenpflicht**

In den öffentlichen Räumlichkeiten (WC-Anlagen, Geräteraum, Flur- und Gangbereichen etc.) herrscht Maskenpflicht. Sobald die TN auf ihrem Platz stehen, dürfen sie die Maske abnehmen.

## **7. Hygiene**

- Teilnehmer sowie Trainer müssen sich bei Betreten der Sportstätte die Hände waschen oder desinfizieren.
- Alle achten durchgehend auf ausreichenden Abstand.
- Kleingeräte müssen nach Benutzung desinfiziert werden.

- Türen bis zum Trainingsbeginn wenn möglich offen stehen lassen.

## **8. Dokumentationspflicht**

Der Trainer ist verpflichtet sicherzustellen, dass im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19 Falles alle Teilnehmer sicher erreicht werden können. Hierfür muss die Anwesenheit dokumentiert werden, um eine sichere Erreichbarkeit (Telefonnummer oder E-Mail-Adresse) sicherstellen zu können.

Eine Übermittlung dieser Informationen darf ausschließlich zum Zweck der Auskunftserteilung auf Anforderung gegenüber den zuständigen Gesundheitsbehörden erfolgen. Die Dokumentation ist so zu verwahren, dass Dritte sie nicht einsehen können und die Daten vor unbefugter oder unrechtmäßiger Verarbeitung und vor unbeabsichtigtem Verlust oder unbeabsichtigter Veränderung geschützt sind. Die Daten sind nach Ablauf eines Monats zu vernichten.

## **9. Trainingsausschluss bei...**

- Kontakt zu COVID-19-Patienten innerhalb der vergangenen 14 Tage
- Fieber
- bei Vorliegen von Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung jeglicher Schwere

Der Trainer ist dazu befugt, Trainierende, die mit Anzeichen einer Atemwegserkrankung kommen oder während des Trainings Anzeichen einer Atemwegserkrankung entwickeln, unverzüglich nach Hause zu schicken!