

Schutzkonzept Leichtathletik-Training zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs während Corona

I. Auszug aus den übergeordneten Bestimmungen des Württembergischen Leichtathletik-Verbands (WLV) und der Verordnung des Landes Baden-Württemberg

Grundsätze die unbedingt eingehalten werden müssen:

1. Hygieneregeln:

Alle Hygieneregeln der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung sind einzuhalten.

Umkleiden/Toiletten: Die Benutzung von Garderoben und Duschen auf der Leichtathletikanlage ist untersagt.

Die Athleten*innen erscheinen in der Trainingsbekleidung am Trainingsort. Ein evtl. Bekleidungswechsel muss auf dem Platz erfolgen.

Toiletten können jeweils nur einzeln benutzt werden, insbesondere zur Einhaltung der Hygieneregeln (Hände waschen etc.). Der Träger und/oder der Verein hat für ausreichend desinfizierende Seife, Papierhandtücher und Desinfektionsmittel zu sorgen.

Die Athleten*innen betreten die Leichtathletikanlage erst kurz vor dem offiziellen Trainingsbeginn und verlassen diese unmittelbar nach dem Training.

2. Gruppenabstand

Der vorgeschriebene Platzbedarf pro Person bzw. der geltende Mindestabstand kann bei einer Fläche von ca. 15.000 m² (dies trifft bei einer Leichtathletikanlage mit 6 x 400 m Rundbahnen zu) nur bei einer Belegung von maximal 5 Gruppen à 5 Personen (incl. Trainer!) eingehalten werden.

Es ist ein Mindestabstand von 1,5 m zwischen allen Personen einzuhalten. Es ist kein Körperkontakt erlaubt. Begrüßungsrituale wie Umarmen oder Handgeben sind zu unterlassen.

Das Training ist so zu organisieren, dass zwischen den Bereichen der verschiedenen Trainingsgruppen ein freizuhaltender Mindestabstand von 30 Metern eingehalten werden kann. Es ist demnach grundsätzlich ein Mindestabstand von 30 m zwischen den einzelnen Gruppen einzuhalten.

Sämtliche Trainingsformen, die zu Körperkontakt führen können, sind zu unterlassen. Die Trainer*innen gestalten ihre Trainingsinhalte und die Instruktion der Bewegungsabläufe so, dass es zu keinem Körperkontakt kommt.

Wartezonen: Bei der Bewegungskorrektur, während der Instruktion oder beim Warten vor dem nächsten Einsatz, ist der Mindestabstand von 1,5 m einzuhalten.

3. Sprinttraining

Beim Sprinttraining auf der Geraden muss je eine Bahn (Breite 1,22m) zwischen den Teilnehmern*innen freigelassen werden, um insgesamt auf einen Mindestabstand von 1,50m zu kommen.

Staffeltraining ist grundsätzlich untersagt!

4. Lauftraining

Beim Lauftraining ist bei permanent hintereinander laufenden Athleten ein Abstand von 15m zur Sicherheit („Tröpfchenwolke“theorie“) einzuhalten. Beim Überholen muss eine Bahn freigelassen werden (seitlicher Abstand dann mind. 1,5m). Lauftraining in Gruppen ohne Einhaltung eines Sicherheitsabstands vor, hinter und neben den Läufern ist untersagt.

5. Sprungtraining

Die Trainer*innen richten Wartezonen an den Sprunganlagen ein. Das Auflegen der Hochsprunglatte wird durch die Trainer*innen selbst organisiert oder für lediglich eine Person je Trainingseinheit beauftragt. Gleiches gilt für die Nutzung von Spaten und Harken beim Weit- oder Dreisprungtraining. Im Anschluss an die Nutzung der Anlage ist das Trainingsmaterial mit Flächendesinfektionsmittel zu desinfizieren.

6. Wurftraining

Trainingsgeräte (Kugeln/Speere etc.) werden in der Trainingseinheit jedem einzelnen Athleten zugeordnet und durch keinen anderen Athleten genutzt. Dieser hat die Geräte nach dem Training zu desinfizieren. Jeder Athlet*in wirft nacheinander die ihm zugeordneten Geräte.

7. Nutzung von Matten

Die Nutzung von Matten für die Gymnastik, die Mobilisation und das Stabilisationstraining ist untersagt. Alle Teilnehmer*innen nehmen hierfür eigene Handtücher oder Isomatten mit in das Training.

8. Voraussetzungen für das Training

Das Ausfüllen eines Fragebogens zum SARS-CoV Risiko ist für jeden Nutzer der Sportanlagen umzusetzen und wöchentlich zu aktualisieren und vor jeder Trainings- oder Wettkampfeinheit von einer Aufsichtsperson zu überprüfen.

Der Zugang zu den Trainingsstätten muss so organisiert und beschränkt sein, dass die oben festgelegte Personenzahl nicht überschritten werden kann. Der Verein hat einen die oben festgelegten Bestimmungen berücksichtigenden Belegungsplan zu erstellen.

Für jede Trainingsstätte werden die zugelassenen Personen (Teilnehmer*innen, Trainer*innen) und Trainingseinheiten dokumentiert. Für jede Trainingsgruppe und in jeder Einheit muss zwingend eine Anwesenheitsliste mit Datum, Namen und Telefonnummer geführt werden. Diese Listen sind vom Verein aufzubewahren und bei Bedarf auszuhändigen.

Trainingseinheiten werden unter Ausschluss der Öffentlichkeit durchgeführt. Eltern oder andere Angehörige haben keinen Zutritt zur Trainingsstätte.

Alle Teilnehmer am Training halten die allgemeinen Hygienemaßnahmen und Vorgaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung streng ein.

9. Infektionsschutz

Es können nur Personen das Training aufnehmen, die die folgenden Bedingungen erfüllen (gilt für jedes Training): Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV-Infektion (Husten, Halsweh, Fieber/erhöhte Temperatur ab 38° C, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen). Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen. In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet worden ist. In allen anderen Fällen ist die Teilnahme am Training und der Aufenthalt auf

der Trainingsstätte untersagt. Über das weitere Vorgehen hat der behandelnde Arzt zu entscheiden.

II. Umsetzung der Vorgaben und Regelungen innerhalb der Leichtathletik der TG Stein

Ein Training wird aufgrund der maximal möglichen Teilnehmerzahl von 20 Athlet*innen nur für die Gruppe der ab 12-Jährigen angeboten.

Die Trainingszeiten sind wie bisher montags, ... und donnerstags, ...

1. Anmeldung

Die zu einem Termin mögliche tatsächliche maximale Teilnehmerzahl richtet sich nach der Verfügbarkeit der Trainer und wird jeweils am Vorabend des Trainings bekannt gegeben.

Jeder Athlet*in, der zu einem Termin am Training teilnehmen möchte, muss sich per Whats App bis 12:00 Uhr am Trainingstag angemeldet haben. Teilnahme am Training in der Reihenfolge der Anmeldung, bei Erreichen der maximal möglichen Teilnehmerzahl für diesen Termin werden keine weiteren Anmeldungen mehr angenommen. Donnerstags werden Athlet*innen, die schon montags trainiert haben nur angenommen, wenn alle Athlet*innen einen Platz bekommen haben, die in der betreffenden Woche montags nicht trainiert hatten.

Jeder Athlet*in muss zum Training den vollständig ausgefüllten, mit Datum und Unterschrift versehenen Fragebogen SARS-CoV Risiko mitbringen und beim Betreten der Sportanlage Plötzer dem einlassenden Trainer geben. Ohne ausgefüllten Fragebogen darf der Athlet*in nicht am Training teilnehmen. Die TG Stein ist verpflichtet, die Fragebögen zu sammeln und zum Zweck der Rückverfolgung von Infektionsketten zeitlich befristet aufzubewahren.

Der für das Training gesamtverantwortliche Trainer erstellt für jedes Training eine Liste der Trainingsteilnehmer (einschl. Trainer), aufgegliedert nach den einzelnen Trainingsgruppen. Auch zur zeitlich befristeten Aufbewahrung dieser Listen ist die TG Stein verpflichtet.

2. Trainingsvorbereitung

Der Geräteraum darf nur von den Trainern betreten werden. Diese sorgen für die Bereitstellung der Trainingsgeräte und der Ausgabe an die Athlet*innen. Die Geräte sind damit für das gesamte Training persönlich zugeordnet und dürfen nicht weitergegeben werden!

Jede Trainingsgruppe (max. 4 Athlet*innen und ein Trainer) bekommt zu Beginn des Trainings einen Trainingsplatz zugewiesen. Der Abstand der Plätze entspricht den Vorgaben des WLV. Die Zuordnung der Plätze erfolgt gemäß einem Trainingsplan, der nach Abschluss der Anmeldungen erstellt wird.

3. Trainingsdurchführung

Jede Trainingsgruppe wärmt sich am zugewiesenen Trainingsplatz auf.

Danach erfolgt das Training in der zum Trainingsplatz passenden Disziplin. Innerhalb eines Trainingstermins kann maximal ein Wechsel des Trainingsplatzes und damit der Disziplin erfolgen. Dies ist vorab bereits im Trainingsplan festgelegt.

Nach dem Training desinfizieren die Athlet*innen die von ihnen benutzten Trainingsgeräte. Desinfektionsmittel werden von der TG Stein zur Verfügung gestellt.