



Konzept der Trainingsgruppen des TV Eschhofen

In der Zeit der Corona-Pandemie gilt ein separater Trainings- und Belegungsplan, um die Abläufe der einzelnen Trainingsgruppen zu koordinieren.

1. Größe

- Grundsätzlich: Starke Verkleinerung der Gruppengröße, um Infektionsketten so niedrig wie möglich zu halten.
- Pro Person muss eine Fläche von mindestens 20 qm vorhanden sein, um die Abstandsregel einzuhalten.
- Die festen Trainingsgruppen sind durch den Abteilungsleiter an den Sportwart zu melden.

2. Einteilung

- Feste Trainingsgruppen bilden, die auch in den kommenden Wochen beibehalten werden.
- Eine Durchmischung von Sporttreibenden und Trainern ist zu vermeiden.
- Ein Trainer betreut regelmäßig nicht mehr als zwei feste Trainingsgruppen.
- Die maximale Größe einer Trainingsgruppe beträgt 10 Teilnehmer (z.B. 1 Trainer und 9 Sporttreibende)

3. Personenkreis

- Es dürfen ausschließlich die Trainer sowie die Teilnehmenden anwesend sein (keine Eltern, keine Zuschauenden).
- Die Teilnahme von Risikogruppen (gemäß Definition des Robert Koch-Institutes) am Sportbetrieb sollte mit Sorgfalt abgewogen werden.
- ~~Die Teilnehmer am Trainingsbetrieb müssen mindestens 12 Jahre alt sein (Jahrgang 2008).~~

4. Anwesenheitsliste

- In jeder Trainingsstunde ist eine Anwesenheitsliste (Angaben: Datum, Ort sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon) durch die Trainer zu führen, damit bei einer möglichen Infektion eines Sporttreibenden oder eines Trainers die Infektionskette zurückverfolgt werden kann.
- Die Anwesenheitslisten werden nach jeder Trainingswoche in den Briefkasten an der Vereinshalle geworfen.

5. Gesundheitsprüfung

- Eigentlich eine Selbstverständlichkeit: Nur gesunde und symptomfreie Sporttreibende nehmen am Training teil. Andernfalls ist eine Teilnahme nicht möglich.



Der Vorstand

- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen.
- Die Sporttreibenden erklären schriftlich und per Unterschrift (bei Minderjährigen die Erziehungsberechtigten), dass sie gesund und symptomfrei sind. Außerdem bestätigen Sie, dass sie die Hygienevorschriften verstanden haben und diese befolgen.

6. Trainingsdurchführung

- Wichtig ist, dass die Trainer klare Anweisungen an die Sporttreibenden geben, damit die Aufgabenverteilung verständlich ist.
- Die Trainer sind für die Einhaltung der Hygiene- und Abstandsvorschriften verantwortlich.
- Der Aufbau der Geräte erfolgt vor Trainingsbeginn durch die Trainer.
- Das Training kann z. B. mittels eines Stationstrainings durchgeführt werden. Hier können die Abstandsregeln durch den gleichzeitigen Wechsel gut umgesetzt werden. Pro Station befindet sich immer ein Sporttreibender.
- Findet das Training an einer Stelle statt, so hat jeder Sporttreibende eine eigene zugewiesene Matte, die zuvor an Ort und Stelle gelegt wird, damit die Abstandsregel eingehalten werden kann.
- Generell sollten nur Übungen ausgewählt werden, die ohne die Hilfestellung eines Trainers durchgeführt werden können.
- Partnerübungen sind nicht erlaubt.
- Anstelle von Korrekturen über taktile Reize andere Rückmeldemöglichkeiten nutzen (verbal, Videoaufnahmen, Bilderreihen etc.)
- Warteschlangen vor Stationen sind unbedingt zu vermeiden. Daher ausreichend Stationen (für jeden Sporttreibenden eine eigene Station) und mit ausreichend Abstand gemäß der 2m-Abstandsregel aufbauen.
- Ebenso muss auch der Abbau der Geräte koordiniert werden.
- Möglicherweise kann auch eine Übernahme der Trainingsmaterialien und -geräte durch eine nachfolgende Gruppe organisiert werden. Hier ist jedoch darauf zu achten, dass eine ausreichende Desinfektion vorgenommen wird und auch die Trainingsgruppen keinen Kontakt miteinander haben.
- In gemeinsamen Pausen ist darauf zu achten, dass die Abstandsregel eingehalten wird (Alle bleiben im zugewiesenen, eigenen Bereich).
- Der Trainingsbetrieb ist auf der Sportanlage sowie auf der Wiese hinter der Vereinsturnhalle gestattet. Hallentraining ist bis auf weiteres untersagt.