



Regelungen für den „eingeschränkten“ Trainingsbetrieb beim MTV Rehren A/R im Zusammenhang mit den Covid-19 - Maßnahmen

hier: Outdoor-Training auf dem Sportgelände

Bezug zum Stufenplan der Niedersächsischen Landesregierung „Niedersächsischer Weg hin zu einem neuen Alltag mit Corona“ (v. 04.05.2020) und „Niedersächsische Verordnung zum Schutz vor Neuinfektionen mit dem Corona-Virus“ (aktuelle Fassung) und Leitplanken des DOSB sowie LSB Niedersachsen..

Folgende Maßnahmen sind für Trainingseinheiten auf dem Sportgelände des MTV Rehren A/R zu befolgen:

- 1. Es sind die Hygiene- und allgemein gültigen Abstandregelungen des Bundes und des Landes Niedersachsen zu befolgen**
(Husten-/Nies-Etikette; 1,5m-Abstand; Mund-Nase-Schutz an engen Stellen und in öffentlichen Räumlichkeiten – hier: Bei Betreten des Sportheims)
 - 2. Die Umkleidekabinen und Duschen stehen nicht zur Verfügung und dürfen nicht betreten werden.**
Kommt daher bitte bereits in Sportkleidung zum Training; Sportschuhe – spezielle - dürfen auf dem Platz angezogen werden.
Toiletten sind nur im Notfall zu benutzen; diese sind einzeln zu betreten; 1,5m-Abstand beachten und Mund-Nase-Schutz ist zu tragen.
 - 3. Es stehen beide Sportplätze zur Verfügung. Diese haben getrennte Zugänge, die zu nutzen sind.**
(Teilnehmer A-Platz betreten das Gelände über den Parkplatz am Sportheim; Teilnehmer des B-Platz betreten das Gelände über den Zugang zum Festplatz; Treffpunkte sind auf dem Platz!) **Zuschauer sind nicht gestattet!**
- Der Belegungsplan ist zu beachten!**
- 4. Vor und nach den Trainingseinheiten ist das Sportgelände samt Parkplätzen zügig zu verlassen. Es sind keine weiteren Besprechungen oder ähnliches dort abzuhalten.**
 - 5. Beim Sport ist ein Abstand untereinander von 2-Meter zueinander einzuhalten; keine Übungen mit Körperkontakt.**
Ansprachen sollten ggf. in kleineren Gruppen unter Maßgabe der Abstandsregelung abgehalten werden.



- 6. Materialräume im und am Sportheim sind nur durch eine einzige Person zu betreten.** Es wird empfohlen max. 3 Personen für das Abholen / Verbringen von Trainingsmaterialien pro Trainingsgruppe einzuteilen, die einzeln nacheinander die Räume betreten. Somit sollen Personenpuls und Engpässe vermieden werden. Mund-Nase-Schutz ist zu tragen. (Ausnahme sind Fälle der Ersten-Hilfe)
- 7. Beim Benutzen von Utensilien ist auf die Hygiene zu achten; geeignete Maßnahmen sind selbständig zu treffen (Handschuhe / Desinfektion).** Hinweise/Empfehlungen: **Es sollte privates Sportgerät mitgebracht werden (z.Bsp: Bälle, Stepper, Gymnastikmatten usw.);** Vereinsmaterial sollten so wenig wie möglich in den Händen getragen / gehalten werden; Bälle u.ä. sollten beim Training nicht untereinander gewechselt werden; nach dem Training haben max. drei Personen pro Trainingsgruppe das Material desinfiziert wieder in die Materialräume zu verbringen
- 8. Es wird empfohlen, das Spielfeld zur Orientierung zu vierteln. Es dürfen max. 25 Personen auf jedem Sportplatz sein.** (Es wird empfohlen bei Lauf-/dynamischen Übungen max. 8 Personen + 1 ÜL pro Viertel / max. 6 Eltern-Kind-Paare + 1 ÜL pro Viertel; stationäre Übungen auf Gymnastikmatten oder Stepper o.ä. müssen sich nicht an die Viertel halten; jedoch ist der Abstand von 2m untereinander einzuhalten); Übungs-/Kleingruppen sollten die gesamte Trainingseinheit zusammen sein, keine Vermischung.
- 9. Übungsleiter*innen sind für ihre Trainingsgruppe verantwortlich; es werden sogenannte Teilnahme-Tickets ausgegeben, die bei den Übungsleiter*innen VOR der ersten Teilnahme an einer Trainingseinheit abgegeben werden müssen.** (Diese werden analog der Gastronomierichtlinien 6 Wochen zentral aufbewahrt, um mögliche Infektionsketten nachzuvollziehen)
- 10. Die Trainingseinheiten sind freiwillig; Sportler*innen mit Krankheitssymptomen sind dem Training fernzubleiben.** (hierzu zählen auch Erkältungssymptome, Kopfschmerzen, jemand der krankheitsbedingt nicht zur Schule /Arbeit hat dem Training fernzubleiben und Kontaktpersonen zu Infizierten – *Beachte: 14 Tage Inkubationszeit*)

Diese Regelungen sind verbindlich und werden lageangepasst verändert. Spartenleitungen und Übungsleiter können weitere Maßnahmen treffen. Diese sind vorher mit **Bastian Mensching** abzustimmen.

Der Vorstand

Definitionen:

Trainingsgruppen sind die gesamte Gruppe, die am Training teilnimmt, darunter befinden sich Übungs- und Kleingruppen.