



Fitness (Janett) und Gymnastik (Conny L.)

Wiederaufnahme des kontaktfreien Sport- und Trainingsbetriebs während der Corona-Pandemie

Information für Teilnehmende

Diese Regelungen gelten in den Turnhallen ab 13.08.2020.

Liebe Vereinsmitglieder

Die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes in Zeiten der Corona-Pandemie erfordert von uns allen ein Umdenken. Bitte verinnerlicht die Hygiene- und Verhaltensmaßnahmen und stellt deren Umsetzung sicher. Dies ist Voraussetzung dafür, dass wir unseren Sportbetrieb wieder aufnehmen dürfen:

Allgemeine Rahmenbedingungen:

Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.

Alle Turnhallen-Türen bleiben zwecks Lüftung geöffnet. Türklinken, Schalter etc. werden möglichst nicht berührt.

Umgezogen kommen – ungeduscht gehen! Umkleideräume und Duschen sind zwar inzwischen wieder geöffnet, bitte verzichtet aber aus Hygienegründen auf die Benutzung, wenn es Euch irgendwie möglich ist. Zum Erreichen der Toiletten und Handwaschbecken können die Umkleiden natürlich jederzeit betreten werden.

Kein Barfußtraining, sondern Hallenschuhe oder Gymnastikschlappchen.

Schuhwechsel im Eingangsbereich unter Einhaltung der Abstandsregeln, das Freibleiben der Fluchtwege ist dabei zu berücksichtigen.

Bitte bringt nach Möglichkeit Eure eigene (Yoga-)Matte mit. Alternativ ist eine Nutzung der halleneigenen blauen Leichtturnmatten möglich unter der Voraussetzung, dass ihr ein großes Badelaken mitbringt und über die Matte legt.

Die Gruppengröße ist limitiert:

TH Cronfelder Str.: max. 30 Teilnehmende

TH Berghauser Str.: max. 20 Teilnehmende

Mund-Nasen-Schutz ist auf dem gesamten Sportgelände Pflicht und darf nur für die Trainingseinheit abgenommen werden.

Die Übungsleiter*innen müssen Anwesenheitslisten führen. Folgende Daten werden erfasst: Name, Vorname, Telefonnr., Datum, Zeit und Dauer der Veranstaltung. Um der Datenschutzgrundverordnung gerecht zu werden, klären wir Euch hiermit darüber auf, dass wir auf Anforderung zu einer
Stand: 09.08.2020

Weiterleitung der Daten an das Gesundheitsamt der Stadt Wuppertal verpflichtet sind. Euer Einverständnis ist Voraussetzung für die Teilnahme am Sportbetrieb.

Solltet Ihr Euch nicht an die Hygiene- und Verhaltensmaßnahmen halten, sind die Übungsleiter*innen angehalten und berechtigt Euch der Sportstätte zu verweisen.

Bitte bedenkt: Kontrollen des Gesundheits- bzw. Ordnungsamtes sind jederzeit möglich. Bei Zuwiderhandlung gegen die Maßnahmen kann gegen Euch persönlich ein Bußgeld verhängt werden.

Vor der Trainingseinheit – Checkliste:

Nur wer in eigener Selbstbeurteilung frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen.

Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies vor Beginn der Sporteinheit bestätigen:

- keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome seit mind. 14 Tagen.
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- Es besteht keine freiwillige oder angeordnete Quarantäne.
- Die Hygienemaßnahmen werden eingehalten.

Jeder Teilnehmende ist verpflichtet sich vor dem Eintritt in die Turnhalle die Hände mit Wasser und Seife zu waschen.

Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt.

Händeschütteln, Umarmen, Abklatschen, etc. müssen unterbleiben!

Bitte haltet auch im Außenbereich bzw. auf dem Parkplatz die Hygiene- und Verhaltensregeln ein, betretet das Gebäude und die Halle einzeln, bildet keine Wartegruppen.

Während der Trainingseinheit – Checkliste:

Ein Mindestabstand von 1,5 m (= 2 volle Armlängen) ist während der gesamten Sporteinheit einzuhalten, bei Einheiten mit hoher Bewegungsintensität ist ein größerer Abstand notwendig.

Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen.

Es werden keine Speisen oder Getränke ausgegeben (z.B. wegen Geburtstag).

Gästen und Zuschauer*innen ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet.

Nach der Trainingseinheit – Checkliste:

Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage zügig unmittelbar nach Ende der Sporteinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln. Sofort nach Beendigung des Angebotes muss der Mund-Nasen-Schutz wieder angelegt werden. Kein gemütliches Beisammensein, keine Feiern, keine Grüppchenbildung.