

Turnverein 1920 Geislitz e.V.  
Insa Schneider  
Am Vogelsang 10  
63589 Linsengericht



[Insa Schneider - TV Geislitz - Am Vogelsang 10 - 63589 Linsengericht](mailto:Insa.Schneider@TV-Geislitz.de)

TURNVEREIN 1920 GEISLITZ  
E.V.



Geislitz, den 31.10.2021

## Hygienekonzept für das Training im Fitness- und Gesundheitssport des TV Geislitz 1920 e.V.

Gem. der Verordnung zum Schutz der Bevölkerung vor Infektionen mit dem Coronavirus SARS-CoV2 vom 22.06.2021 (Lesefassung vom 16.09.2021) ist der Sportbetrieb wieder gestattet, wenn ein sportartspezifisches Hygienekonzept vorliegt. **In gedeckten Sportstätten dürfen nur Personen mit Negativnachweis nach §3 anwesend sein (geimpft, genesen oder negativ getestet).**

Um diese Voraussetzungen zu erfüllen, hat der TV Geislitz 1920 e.V. das folgende Hygienekonzept erstellt:

### 1. Persönliche Hygiene

Das neuartige Coronavirus ist von Mensch zu Mensch übertragbar. Der Hauptübertragungsweg ist die Tröpfcheninfektion. Dies erfolgt vor allem direkt über die Schleimhäute der Atemwege. Darüber hinaus ist auch indirekt über Hände, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut sowie die Augenbindehaut in Kontakt gebracht werden, eine Übertragung möglich.

### Wichtigste Maßnahmen

- Bei Krankheitszeichen (z. B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust des Geschmacks-/Geruchssinns, Halsschmerzen, Gliederschmerzen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall) auf jeden Fall zu Hause bleiben.
- Sind Sie „Kontaktperson 1“ zu einer bekannten Covid 19 Infektion, dürfen Sie nicht am Training teilnehmen.
- Im Falle einer akuten Erkrankung beim Training muss sofort ein Mund-Nasen-Schutz angelegt werden.
- Mindestens 1,50 Meter Abstand zu anderen Menschen halten.
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere die Schleimhäute berühren, d.h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
- Keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln.
- Gründliche Händehygiene (z. B. vor dem Betreten des Platzes, vor dem Aufsetzen und nach dem Abnehmen einer Schutzmaske). Die Händehygiene erfolgt z.B. durch Händedesinfektion: Dazu muss Desinfektionsmittel in ausreichender Menge in die trockene Hand gegeben und bis zur vollständigen Abtrocknung ca. 30 Sekunden in die Hände einmassiert werden. Dabei ist auf die vollständige Benetzung der Hände zu achten (siehe auch [www.aktion-sauberehaende.de](http://www.aktion-sauberehaende.de)).
- Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegdrehen.
- Das RKI empfiehlt ein generelles Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) in bestimmten Situationen (ÖPNV, Büro, in Geschäften usw.) im öffentlichen Raum. Diese sind medizinische Masken (OP-Masken oder Schutzmasken der Standards FFP2, KN95, N95 oder vergleichbar ohne Ausatemventil). So können Tröpfchen, die man z. B. beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz). Dies darf aber nicht dazu führen, dass der Abstand unnötigerweise verringert wird. Trotz Maske sind die gängigen Hygienevorschriften, insbesondere die aktuellen Empfehlungen des RKI und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, zwingend weiterhin einzuhalten.

## 2. Infektionsschutz in den Übungsstunden

**Trotz aller Regeln besteht ein Rest-Risiko. Jeder Teilnehmer und Übungsleiter muss eigenverantwortlich entscheiden.**

### 2.1 Distanzregeln einhalten

- Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,50m) ist sowohl beim Betreten als auch Verlassen des Sportgeländes bzw. Halle einzuhalten.
- **Beim Kommen und gehen ist ein Nasen-Mundschutz zu tragen.** Dieser kann abgenommen werden, wenn sich jeder auf seinem Trainingsplatz befindet. Beim Training selbst kann auf den Nasen-Mundschutz verzichtet werden.
- Sollte die Halle vor Trainingsbeginn noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregeln zu achten.
- Am Ende des Trainings ist die Halle bzw. das Trainingsgelände zügig zu verlassen.
- Da bei körperlichen Aktivitäten wesentlich mehr Luft ventiliert wird, sind im Training mindestens 1,50 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten. Ausnahme Sportarten mit Kontakt (Volleyball).
- Es ist sich grundsätzlich strikt an die behördlichen Anordnungen für öffentliche Räume zu halten.
- Bei Gruppenwechsel ist eine Zeit von 15 Minuten zwischen den Gruppen mit gründlicher Durchlüftung des Raumes einzuplanen.

### 2.2 Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

- Verzicht auf Partnerübungen in der Gruppe.

### 2.3 Freiluftaktivitäten präferieren

- Vorzugsweise sollten die Trainings, wenn möglich im Freien durchgeführt werden.
- Trainingszirkel u.ä. können im Außengelände aufgebaut werden unter Wahrung des Abstands- und Hygieneregeln.

### 2.4 Hygieneregeln einhalten

- Waschgelegenheit und Seife zum Händewaschen vor und nach dem Training befindet sich in den Toilettenräumen.
- In der Halle steht ein Handdesinfektionsmittel bereit bzw. jeder Teilnehmer bringt sein eigenes mit.
- Die Teilnehmenden bringen ihre **eigene Matte** mit.
- Wenn möglich auf die Nutzung von Kleingeräten verzichten. Sollten diese genutzt werden (z.B. Volleybälle), so sind diese nach jedem Training zu desinfizieren (Desinfektionsmittel mind. 61% Alkohol).
- Zwischen den Trainingsgruppen sind sämtliche Türgriffe und Türklinken, Lichtschalter, Treppengeländer und die Musikanlage zu desinfizieren.
- Es gibt einen separaten Eingang und einen separaten Ausgang. Der Beschilderung ist zu folgen.
- In den Umkleiden ist ein Nasen-Mundschutz zu tragen und der Abstand von 1,5m zu anderen Teilnehmern ist einzuhalten.

### 2.5 Trainingsgruppen verkleinern

- Feste Trainingsgruppen bilden, grundsätzlich so klein wie möglich. Die Distanzregel ist zwingend zu beachten.
- Mannschaftssport ist ohne Einschränkung und in voller Mannschaftsstärke erlaubt. (3G Regel beachten)
- Ein Wechsel der Teilnehmer zwischen den Gruppen ist nicht möglich.
- Damit jedes aktive Vereinsmitglied aktuell die Möglichkeit hat, an einer Übungsstunde in der Woche teilzunehmen, ist pro Teilnehmer nur eine Übungsstunde in der Woche möglich. Wir bitten hier um das Verständnis aller Beteiligten.

## 2.6 Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

- Die Gesundheit geht immer vor. Bei Krankheitszeichen (z. B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust des Geschmacks-/Geruchssinns, Halsschmerzen, Gliederschmerzen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall) auf jeden Fall zu Hause bleiben.
- Risikogruppen können durch den Verein nicht pauschal identifiziert werden. Es sind somit alle Personen besonders zu schützen.

## 2.7 Risiken in allen Bereichen minimieren

- Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten sind zu führen (Angabe: Datum, Ort und Trainingsstunde/Uhrzeit sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon)
- Selbstverständlichkeit: Nur, wer in eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen.
- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Zeugnis wieder am Training teilnehmen.
- **Aktuell sind keine Schnupperstunden möglich.**



Insa Schneider  
(1. Vorsitzende)



Judith Knaus  
(Kassiererin)



Silvia Krieg  
(Coronabeauftragte)