



Turngemeinde 1879 Traisa e.V.



# Regelungen zum Trainingsbetrieb: Leichtathletik im Freien

(Hygienekonzept nach Empfehlungen des HMdIS (Hess. Ministerium des Inneren und für Sport) und der Sportverbände)  
(unter Einhaltung der geltenden rechtlichen Vorgaben während der Corona-Pandemie)

Vorstand

Liebe Athleten/innen der TGT,

die bestehende Corona-Situation erfordert außergewöhnliche Maßnahmen. Aufgrund der aktuellen Situation, die eine Wiederaufnahme des Sportbetriebes ab 11.05.2020 zulässt, hat sich der gsf-Vorstand in Abstimmung mit der Abteilungsleitung zu folgender Vorgehensweise entschlossen:

Das **Leichtathletik-Training nur für die Erwachsenen Ü18 ist ab sofort wieder möglich**, wenn die folgenden Regelungen beachtet werden:

- **Die TGT kann ein Restrisiko nicht ausschließen.** Wer sich nicht sicher ist, ob das Risiko einer Teilnahme an unseren Angeboten/Terminen für sich verantwortbar ist, **sollte im Zweifelsfall nicht daran teilnehmen.** Dies ist allen Teilnehmer/innen und geben falls Eltern offen und deutlich zu kommunizieren.
- **Alle Teilnehmer/innen bestätigen einmalig mit Unterschrift**, dass sie über die Hygienemaßnahmen und das Risiko informiert wurden. Die Kopie der Liste, sowie deren Ergänzung erhält der gsf-Vorstand ([tobias.schweighoefer@tgtraisa.de](mailto:tobias.schweighoefer@tgtraisa.de)) (Foto genügt) umgehend übermittelt. Die Papierform wird in einem Ablagefach auf dem Sportplatz aufbewahrt.
- Der/die **zuständige Trainer/in führt pro Trainingseinheit eine tagesaktuelle Anwesenheitsliste** (lesbar) und übermittelt diese nach Trainingsende an den gsf-Vorstand ([tobias.schweighoefer@tgtraisa.de](mailto:tobias.schweighoefer@tgtraisa.de)) (Foto genügt). Die Papierform wird in einem Ablagefach auf dem Sportplatz aufbewahrt.

## Die folgenden Regeln gelten nur für das Leichtathletik-Training auf dem Sportplatz.

- Leichtathletik in der Halle/Bürgerhaus/Kraftraum etc. findet nicht statt
- Schnuppertraining ist z.Zt. nicht möglich. Training ausschließlich für Vereinsmitglieder
- **Sportplatz:** Die Duschen und Umkleiden sind gesperrt.
- Das Beachvolleyballfeld darf nicht zum Spielbetrieb genutzt werden
- Die Garage kann nicht als Umkleide genutzt werden.
- Die Regelungen zu Laufwegen, Hygiene etc. werden von den jeweiligen Trainer/innen den Teilnehmer/innen mitgeteilt.
- Teilnehmer/innen müssen in Sportkleidung kommen
- Bei Bedarf eigenes Material (z.B. Matte, Handtuch, Blackroll etc.) mitbringen
- Desinfektionsmittel und Spender sind bestellt. Bis dahin, sollen bitte die jeweiligen Trainer/innen für die Verfügbarkeit kleiner Mengen Desinfektionsmittel sorgen.
- Individuelles Risiko sowie den Gesundheitszustand der Teilnehmer/innen muss von diesen und den Trainer/innen in eigenem Ermessen vor jedem Training eingeschätzt werden. Auf die Teilnahme ist bei erhöhtem Risiko (Absprache mit Arzt und Trainer/in) und bei akuten Symptomen zu verzichten.

Vereinsanschrift:

1. Vorsitzender: Civito Carroccia, Ludwigstr. 134, 64367 Mühlthal, Telefon: (06151) 145209; [civito.carroccia@tgtraisa.de](mailto:civito.carroccia@tgtraisa.de)



# Turngemeinde 1879 Traisa e.V.



Vorstand

- Distanzregeln einhalten:
  - beim Betreten des Geländes 1,5 m Abstand halten
  - jeglicher Körperkontakt soll unterbleiben
- Hygieneregeln einhalten:
  - auf Anweisung des/r Trainer/in ist einen Mund-Nasen-Schutz zu nutzen (z.B. in der Garage oder während der Übungen)
  - beim Eintreffen Hände desinfizieren
  - keine gemeinsame Nutzung von Materialien. Jeder Athlet bekommt ein Trainingsgerät zugewiesen.
  - Nach Benutzung der Materialien sind diese durch eine Person zu desinfizieren
  - im Toilettenbereich die Hygienehinweise zum richtigen Händewaschen beachten
  - gemeinsame Nutzung von Materialien wenn möglich vermeiden
  - Gesicht nicht mit den Händen berühren
- Trainingsgruppe
  - Im Training ist darauf zu achten, dass die einzelnen Gruppen den vorgegeben Abstand einhalten (z.B. eine Gruppe Läufer / eine Gruppe Springer / eine Gruppe Werfer)
  - Die einzelne Trainingsgruppe sollte nicht mehr als 10 Personen (1:9) groß sein
  - Ein Kontakt zwischen den Gruppen sollte vermieden werden
- Immer und überall ist ein Mindestabstand von 2 m zwischen den Personen einer Trainingsgruppe einzuhalten – auch bei den Trainingsübungen
- Lauftraining:
  - Beim Hintereinander laufen sollte ein Abstand von 15m eingehalten werden
  - Beim Überholen sollte 2m Abstand eingehalten werden
- Hürdenlauf:
  - Das Aufstellen der Hürden sollte nur durch den/die Trainer/in erfolgen
- Weitsprung:
  - Das Rechen der Grube sollte nur durch den/die Trainer/in erfolgen
- Staffeltraining: darf nicht stattfinden

**Im eignen Interesse bitten wir alle Verantwortlichen in ihren unterschiedlichen Einsatzbereichen, dafür Sorge zu tragen, dass die Vorgaben bestmöglich eingehalten werden.**

Sobald der gsf-Vorstand neue Erkenntnisse gewinnt und neue Entscheidungen trifft, werden diese Informationen umgehend veröffentlicht.

Bei weiteren Fragen sind wir unter [vorstand@tgtraisa.de](mailto:vorstand@tgtraisa.de) erreichbar.

Bleibt gesund !

Mühlthal, den 12.05.2020

Civito Carroccia  
(1. Vorsitzender)



Vereinsanschrift:

1. Vorsitzender: Civito Carroccia, Ludwigstr. 134, 64367 Mühlthal, Telefon: (06151) 145209; [civito.carroccia@tgtraisa.de](mailto:civito.carroccia@tgtraisa.de)



## Raumnutzungskonzept Sportplatz Traisa

### Garage:

- Quadratmeter: 36 m<sup>2</sup>
- Anzahl Personen: 2
- Trainingsgruppen: 1

### Bereich neben Garage:

- Quadratmeter: 70 m<sup>2</sup>
- Anzahl Personen: 4
- Trainingsgruppen: 1

### Beachvolleyballfeld: (kein Spielbetrieb)

- Quadratmeter: 280 m<sup>2</sup>
- Anzahl Personen: 10
- Trainingsgruppen: 1

### Tartanbahn / Weitsprung:

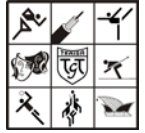
- Quadratmeter: 250 m<sup>2</sup>
- Anzahl Personen: 10
- Trainingsgruppen: 1
- Eine Bahn muss frei bleiben

### Laufbahn:

- Quadratmeter: 2000 m<sup>2</sup>
- Anzahl Personen: 20
- Trainingsgruppen: 2
- Laufabstand zueinander: 15m
- Eine Bahn muss frei bleiben

### Hochsprungsektor:

- Quadratmeter: 3000 m<sup>2</sup>
- Anzahl Personen: 10
- Trainingsgruppen: 1



Liebe Athletinnen und Athleten,  
 die SARS-CoV-2 Pandemie stellt uns aktuell vor viele Herausforderungen, auch in der Leichtathletik. Im Rahmen der Vorbereitung auf die Fortführung des Trainings erfolgt vor Wiederaufnahme von Trainingsmaßnahmen eine Abfrage und je nach Ergebnis und Möglichkeit zusätzlich eine medizinische Untersuchung. Damit sollen potenzielle Virusträger identifiziert und somit das Ansteckungsrisiko gegenüber dem Umfeld (Athleten/innen, Trainer/innen) während des Trainings bestmöglich vermieden werden.

Im Allgemeinen stellen **Sportler keine Risikogruppe** für einen schweren Verlauf der Virusinfektion dar. Dennoch gilt es das Risiko für Krankheitsausfallzeiten und eventuelle Quarantänemaßnahmen zu minimieren. Wir bitten Euch daher ausdrücklich, die Verhaltensregeln zur Infektionsprävention einzuhalten. Bitte den folgenden Fragebogen ausfüllen und dem ggf. Vorstand ([tobias.schweighoefer@tgtraisa.de](mailto:tobias.schweighoefer@tgtraisa.de)) übermitteln.

## Fragebogen SARS-CoV-2 Risiko

### 1. Personenbezogene Daten

Name, Vorname, Geburtsdatum
-----------------------------

### 2. Kontaktrisiko-Evaluation

Bitte beantworten Sie die Fragen zur Einschätzung des Kontaktrisikos mit SARS- CoV-2	Ja	Nein
Hatten Sie Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2 Fall innerhalb der letzten 14 Tagen?		
Bestand in der Vergangenheit die Anordnung einer behördlichen Quarantäne im Zusammenhang mit SARS-CoV-2? Wenn ja, bitte Datum des Ablaufs der Anordnung angeben:		

### 3. Kontaktrisiko-Evaluation

Bitte beantworten Sie die Fragen zur Einschätzung des Kontaktrisikos mit SARS- CoV-2	Ja	Nein
Hatten Sie Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2 Fall innerhalb der letzten 14 Tagen?		
Bestand in der Vergangenheit die Anordnung einer behördlichen Quarantäne im Zusammenhang mit SARS-CoV-2? Wenn ja, bitte Datum des Ablaufs der Anordnung angeben:		
Waren Sie innerhalb der letzten 14 Tage außerhalb Ihres gemeldeten Heimatortes und/oder Trainingsortes? Wenn ja, bitte aufführen wann und wo:		

### 4. Symptomevaluation

Bitte beantworten Sie die Fragen zur aktuellen klinischen Symptomatik! (bitte berücksichtigen Sie den Zeitraum der letzten 14 Tage)	Ja	Nein
Fieber		
Allgemeines Krankheitsgefühl, Kopf- und Gliederschmerzen		
Husten		
Atemnot		
Geschmacks- und/oder Riechstörungen		
Halsschmerzen		
Schnupfen		
Durchfall		

**Sollte eine der Fragen mit „JA“ beantwortet werden, sollte ein Arzt kontaktiert werden!**



