



## Leitlinien für Outdooraktivitäten des Turn- und Gymnastikverein 1860 Bad Nauheim e.V.

### Einleitung

Die Leitlinien wurden aufgrund der Corona-Pandemie erstellt und basieren auf

- der Homepage der hessischen Landesregierung Stand 29. Mai 2021  
<https://www.hessen.de/fuer-buerger/corona-hessen/treffen-veranstaltungen-freizeit-und-sport/freizeitangebote-und-sport>.
- den Leitplanken des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) vom 14.05.2021.
- den Übergangsregeln für Vereinsangebote im Fitness- und Gesundheitssport für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben des Deutschen Turner Bundes v. 27.05.2021.
- der Homepage des Wetteraukreises Stand: 30.05.2021  
<https://www.wetteraukreis.de/aktuelles/corona/verwaltung/>

Die Leitlinien werden regelmäßig auf neue Gesetz- und Verbandsvorgaben überprüft und entsprechend aktualisiert und zeitnah auf der Homepage des TGV 1860 Bad Nauheim e.V. hochgeladen.

Das Ziel ist, das Infektionsrisiko auf ein Minimum zu reduzieren.

Aus diesem Grund sind die nachfolgenden Regeln von allen Kursteilnehmer\*innen und Übungsleiter\*innen einzuhalten.

Um das Infektionsrisiko zu minimieren, wurde die maximale Teilnehmeranzahl auf 10 Personen festgelegt.

Vorzugsweise sollten die Gruppen immer aus den gleichen Teilnehmer\*innen / Übungsleiter\*innen bestehen.

#### 1. Distanzregeln einhalten

- Ein Abstand von mindestens 3,00 m zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren.
- Diesen Abstand gilt es auch am Treffpunkt der Outdooraktivitäten einzuhalten.
- Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen.
- Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft ventiliert wird, sind 3,00 - 4,00 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten.
- Es ist sich grundsätzlich strikt an die behördlichen Anordnungen für öffentliche Räume zu halten. Je nach Gegebenheiten wird empfohlen, pro 20 - 40 qm nicht mehr als eine Person zuzulassen.

#### 2. Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

- Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden.



- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe.
- Korrekturen zur Übungsausführung durch Übungsleiter\*innen erfolgen nur mündlich.

### **3. Hygieneregeln einhalten**

- Die Übungsleiter\*innen informieren vor dem Start der jeweiligen Outdooraktivität die Teilnehmer\*innen über die Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln.
- Die Teilnehmer\*innen haben ihre eigene Matte mitzubringen.
- Auf die Nutzung von Kleingeräten verzichten und nur mit dem eigenen Körpergewicht trainieren.
- In Sportkleidung zum Training gehen.
- Keine Nutzung der Umkleieräume.

### **4. Fahrgemeinschaft vorübergehend aussetzen**

Es sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training verzichtet werden.

### **5. Risiken minimieren**

- Übungsleitende, die Kindergruppen betreuen, dürfen keine Risikogruppen betreuen.
- Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten sind vom Übungsleiter\*in zu führen. (Angaben: Datum, Ort sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon).
- 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 Attest wieder am Kurs teilnehmen.

### **6. Datenschutz**

- Die gesetzlich vorgeschriebenen Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten werden mit der Sportmeo App vom Vorstand/ Übungsleiter\*in geführt. (Angaben: Datum, Ort sowie ÜL/TN-Name, E-Mail/Telefonnummer).
- Die Teilnehmerlisten werden nach drei Monaten vernichtet.

Stand: 30.05.2021