

Leitlinien für Turnerinnen zur Wiederaufnahme des Turntrainings



Liebe Turnerinnen und Eltern,

die SARS-CoV-2 Pandemie stellt uns vor viele Herausforderungen, auch im Sport. Auch wenn wir uns freuen, dass wir den **Trainingsbetrieb wieder aufnehmen** dürfen, haben wir die Verantwortung, das Infektionsrisiko für euch und eure Familien zu minimieren. Daher bitten wir euch ausdrücklich die folgenden **Verhaltensregeln** zur Infektionsprävention einzuhalten:

- **Vor** der Wiederaufnahme des Trainings muss der Fragebogen SARS-CoV-2 Risiko ausgefüllt und den Trainerinnen zugesandt werden.
- Die Turnerinnen haben **individuell an- und abzureisen**. Nach Möglichkeit sind öffentliche Verkehrsmittel zu vermeiden, bzw. ist unbedingt die Maskenpflicht zu beachten.
- Eingang (Geschäftsstelle) und Ausgang (Sportlereingang) sind für alle Trainingsgruppen vorgeschrieben und dürfen **nicht variieren**.
- Die Turnerinnen kommen in Trainingskleidung und gehen **direkt** in die Umkleide. Schuhe und ggf. eine Jacke können dort abgelegt werden. Die Duschen bleiben geschlossen.
- **Bevor die Turnhalle betreten wird**, werden die Hände gewaschen oder desinfiziert.
- Eltern dürfen ihre Kinder abholen, werden aber gebeten in der Umkleide zu warten und nicht die Turnhalle zu betreten. Auch hier gelten die hier aufgelisteten Regeln bezüglich des betreten und verhalten innerhalb der Turnhalle.
- Der **Mund- und Nasenschutz wird in allen unübersichtlichen Situationen getragen**: Betreten und Verlassen der Turnhalle/Umkleide, sowie während des Auf- und Abbaus.
- Während des Training wird der Mindestabstand nach Möglichkeit eingehalten.
- Die Trainingsgruppe darf die Sporthalle erst betreten, wenn die vorherige Gruppe diese verlassen hat.
- „Begrüßungsrituale“ (Handschlag, Umarmungen. etc.) sind zu unterlassen.
- Die Toiletten der Turnhalle stehen zur Verfügung. Hier gibt es ausreichend Seife, Desinfektionsmittel und Einmalhandtücher.
- Alle Turnerinnen, die am Training teilnehmen, halten die allgemeinen Hygienemaßnahmen und Vorgaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (regelmäßiges Händewaschen, nicht ins Gesicht fassen, etc.) streng ein.
- Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes während des Trainings ist **freigestellt**. Für den Auf- und Abbau ist es jedoch **verpflichtend**
- Die Turnerinnen tragen für das Training einen **ordentlichen! Zopf mit Haarspangen oder Haarspray**, damit das „Rumfingern“ im Gesicht vermieden wird.
- Jede Turnerin hat ein großes **Handtuch** (als Unterlage zum Krafttraining/Aufwärmen), ein kleines Handtuch (zum Schweiß abwischen) und ein **Springseil** dabei.
- Nach jedem Gerätewechsel **müssen** die Hände gewaschen/desinfiziert werden.

Solltet ihr noch Fragen haben, könnt ihr jederzeit eure Trainer kontaktieren.

(Unterschrift der Eltern)

(Unterschrift der Turnerin)