



Thomas Mickisch (Abteilungsleiter) Thomas\_Micksich@t-online.de, 015110627156

## Wiedereinstieg ins Wassertraining –Hygieneregeln V1.2

### Grundlagen:

- Vierte Bayerische Infektionsschutzmaßnahmenverordnung
- DSV- Leitfaden „Voraussetzung für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben schaffen“

### Organisation:

Der Trainingsbetrieb wird in Kleingruppen mit max. 5 Personen pro Gruppe (4 Aktive + 1 Betreuer) aufgenommen.

Es können 2 Gruppen gleichzeitig im 50 m Becken (maximal 16 Aktive) nach den dsv Richtlinien für Bahnabtrennung in räumlich klar voneinander getrennten Segmenten unter Anleitung von je einem Trainer/ÜL pro Gruppe trainieren, jedoch startet das Training etwas zeitversetzt, um die Gruppen auch beim Einlass zu trennen.

Im Becken startet dann eine Gruppe von unten, die andere von der gegenüberliegenden Seite mit dem jeweiligen Übungsleiter.

### Genauere Vorgehensweise zu Eintritt ins Bad und Zutritt zum Becken **unter Punkt Verhaltensregeln.**

Die Entscheidung über eine Teilnahme am Training bleibt den Sportlern bzw. deren Erziehungsberechtigten vorbehalten. Kann ein Sportler am nächsten Training nicht teilnehmen, so meldet er sich spätestens am **Vortag** vor 18:00 Uhr per WhatsApp ab, damit ggf. andere nachrücken können oder die Anzahl der Trainer/ÜL reduziert werden kann.

Wer sich am Trainingstag krank fühlt, bleibt zuhause und kontaktiert ggf. seinen Hausarzt, sollten Symptome wahrgenommen werden, die auf eine Infektion deuten.

Teilnehmen darf nur, wer dieses Schreiben **VOR** dem ersten Training unterschrieben (ggf. von den Erziehungsberechtigten) vorlegen kann. Die eingegangenen Verordnungen müssen von den jeweiligen Trainern archiviert und auf Vollständigkeit überprüft werden.

### Zulassung:

Es können nur Personen das Training aufnehmen, die folgende Bedingungen erfüllen:

1. Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV-Infektion (Husten, Halsweh, Fieber / erhöhte Temperatur ab 38°C, Geruchs- und Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen)
2. Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen
3. In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet wurde.
4. Wie behalten uns vor, stichprobenweise bei Auffälligkeit vor dem Zulassen ins Wasser Temperaturmessungen vorzunehmen.

### Ausstattung:

Zum Schwimmtraining kommst Du je nach Witterung in entsprechender Sportkleidung und **möglichst schon mit Badeanzug bzw. Badehose darunter bekleidet** und bringst folgende Ausrüstung mit:

- Dein persönliches Handtuch
- Deine persönlichen Schwimmutensilien wie Pullkick, Flossen, Paddles, Badekappen, Brillen: **es darf NICHTS untereinander getauscht oder ausgeliehen werden!**
- ggf. eigene Trinkflasche
- Dein persönliches Desinfektionsmittel
- **WICHTIG zu beachten: die Lagerung der Schwimmutensilien im Schwimmerhäuschen ist NICHT gestattet!**

#### Verhaltensregeln:

Das Betreten des Freibades erfolgt über den Haupteingang (Lämmerstraße) und zwar zeitversetzt immer nur in 5er Gruppen, erst wenn die erste Gruppe im Freien (auf Wiese) ist, können die anderen nachrücken. Kein Zugang über Kiosk.

Beim Betreten des Eingangs sind die Hände zu desinfizieren, Spender wird von der zuständigen Einrichtung bereitgestellt.

**Ebenso ist beim Betreten des Eingangs ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.**

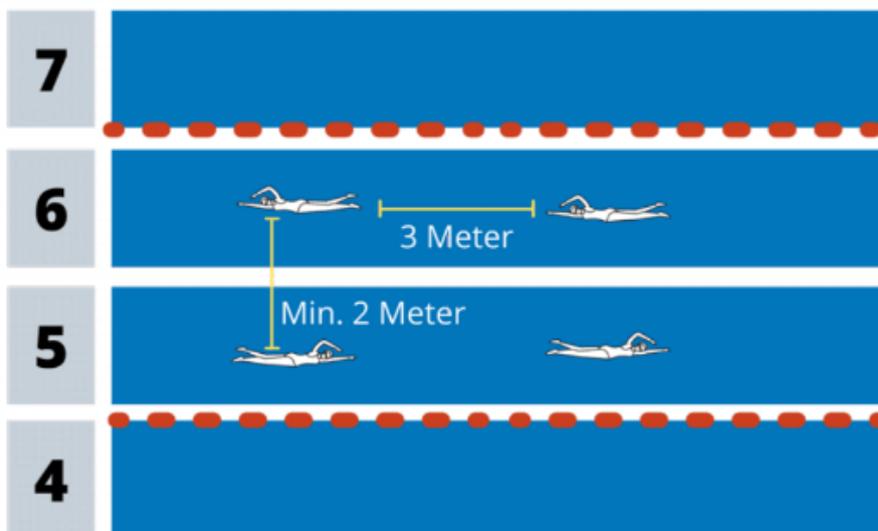
Das Umziehen erfolgt in den extra dafür bereitgestellten Kabinen (nähe Kiosk).

**Es ist strengstens untersagt, die abgesperrten Bereiche des Freibades zu betreten.**

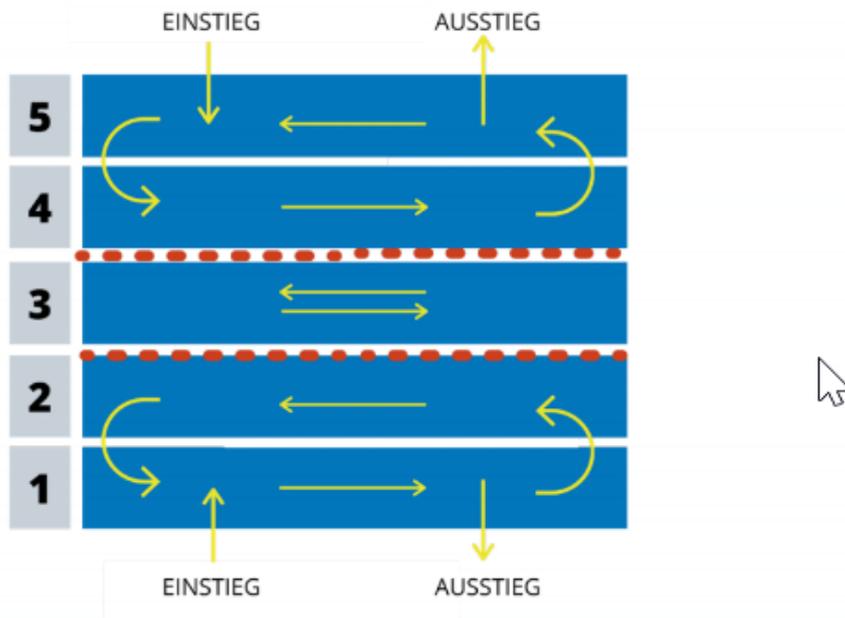
Beim Aufwärmen am Beckenrand ist auf den Mindestabstand von 2 m unbedingt zu achten.

Im Beckenbetrieb sind die Abstände siehe Leitfaden einzuhalten:

Auf einer Doppelbahn wird im „Kreisverkehr“ geschwommen.



Ein- und Ausstieg erfolgt jeweils seitlich, ebenso sollen sich die Schwimmer bei den Serienpausen seitlich am Beckenrand verteilen, um auch hier die Mindestabstände einzuhalten:



Staffeltraining ist untersagt!

Das Verlassen des Beckens nach dem Training erfolgt ebenso wieder zeitversetzt.

**Als Sanitäranlage steht das WC im Freibad zur Verfügung, dies ist immer nur einzeln und im zeitlichen Abstand zu benutzen.**

**Die Sitzfläche der Toilette muss nach jeder Benutzung desinfiziert werden!**

Nach dem Umziehen müssen die bereitgestellten Kabinen unmittelbar verlassen werden, keine Grüppchenbildung!

Die Nutzung von Haartrocknern ist untersagt, daher bitte immer Kopfbedeckung mitführen!

Das Duschen nach dem Training ist nicht möglich, Duschen nach dem Training bitte zu Hause. Zum Duschen vor dem Training **müssen** die freien Duschen am Becken genutzt werden, hier ist unbedingt ein Abstand von 10 m zum Vordermann bzw. zur Vorderfrau einzuhalten.

Fahrgemeinschaften:

Innerhalb von Waldsassen sollte auf Fahrgemeinschaften unbedingt und außerhalb soweit möglich auf Fahrgemeinschaften verzichtet werden. Falls es doch erforderlich ist, dürfen nur Mitglieder von 2 Hausständen in einem Auto fahren und es ist eine Maske zu tragen.

Körperkontakt:

Auf jeglichen Körperkontakt wird (auch bei der Begrüßung und Verabschiedung) verzichtet; alle Übungen werden absolut kontaktfrei durchgeführt.

Die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen werden eingehalten, insbesondere bzgl. Husten / Niesen. Vor und nach dem Training werden die Hände desinfiziert.

Begleitpersonen:

Das Training findet unter Ausschluss der Öffentlichkeit statt; am Becken sind ausschließlich die Sportler und die Trainer / Übungsleiter zugangsberechtigt.

Führen von Teilnehmerlisten:

Jeder Übungsleiter ist **verpflichtet**, die Teilnehmer eines jeden Trainings lückenlos zu dokumentieren, so dass im Falle einer Infektion die Kontaktkette zurückverfolgt werden kann. Diese Listen sind für einen Zeitraum von mindestens 4 Wochen zu archivieren, entsprechend der DSGVO.

Verbindlichkeit der Vorgaben:

Verstöße gegen eine der Vorgaben führen umgehend zum Ausschluss vom Trainingsbetrieb

Ich akzeptiere die oben genannten Hygiene- und Abstandsregeln. Ich, beziehungsweise mein Kind, nimmt auf eigene Verantwortung am Trainingsbetrieb teil, da trotz aller Vorsichtsmaßnahmen eine Infektion nicht zu 100% ausgeschlossen werden kann. Als Erziehungsberechtigte(r) versichere ich, dass ich meinem Kind die Regeln verständlich erklärt habe.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift (bei Minderjährigen der gesetzliche Vertreter)