



VfL Bad Nauheim e.V.

Aikido · Fechten · Hockey · Judo

Trainingsrahmenbedingungen in Zeiten der Covid-19 Pandemie

Fechtabteilung VfL Bad Nauheim e. V.

Im Folgenden werden wir die Hygienerichtlinien für das Training der Fechtabteilung des VfL Bad Nauheim vorstellen. Das Konzept wird bei Bedarf aktualisiert und ist jederzeit über die Webseite der Fechtabteilung (www.fechtsport-badnauheim.de/downloads/) abrufbar. Grundsätzlich gilt: Jedes Mitglied hat sich jederzeit strikt an die regionalen und behördlichen Richtlinien bezüglich Covid-19 zu halten.

Hygiene-Regeln

- Beim Betreten und Verlassen der Turnhalle ist eine medizinische Maske (FFP2 oder OP-Maske) zu tragen.
- Um mögliche Infektionsketten nachvollziehen zu können, checkt sich jedes Mitglied per Luca-App vor Betreten der Halle ein und nach Verlassen der Halle aus. Der entsprechende Code ist am Ein-/Ausgang der Sporthalle ausgehängt. Zusätzlich wird durch das Trainerteam eine schriftliche Teilnehmerliste geführt.
- Eltern werden gebeten, die Halle nicht zu betreten. Kinder und Jugendliche sind direkt vor der Halle abzugeben und abzuholen. Sofern ein Betreten der Halle für notwendig erachtet wird, ist eine vorherige Registrierung per Luca-App nötig.
- Vor und nach dem Training sind die Hände zu desinfizieren. Die Fechtabteilung stellt ausreichend Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- Die Halle wird über alle verfügbaren Optionen für die gesamte Dauer des Trainings gelüftet.
- In den Umkleiden ist ein Mindestabstand von 2 Metern einzuhalten. Falls Räumlichkeiten die Einhaltung des Mindestabstands nicht zulassen, sind sie zeitlich versetzt zu betreten und zu verlassen. Duschen bleiben geschlossen. In den Umkleiden ist eine medizinische Maske zu tragen. Es wird empfohlen, bereits in Fechthosen zum Training zu kommen und die Umkleiden zu meiden.
- Toiletten in der Halle sind geöffnet, sollten aber nach Möglichkeit gemieden werden. Es ist eine medizinische Maske zu tragen.
- Während des Trainings- und Übungsbetriebs soll ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen eingehalten werden, davon ausgenommen sind für das Training oder die Übungseinheit übliche Trainings- und Übungssituationen.
- Auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training sollte nach Möglichkeit verzichtet werden.
- Leihrüstung muss vor und nach der Benutzung ausschließlich durch eine Person aus dem Trainerteam desinfiziert werden.
- Wir empfehlen, regelmäßig Corona-Selbsttests oder kostenlose Bürgertests durchzuführen.



Trainingsablauf

- Individualsport (z. B. Fechten) ist laut Stufe 2 der Landesregelungen in Hessen in Gruppen von max. 10 Personen möglich. Vollständig Geimpfte (Seit der letzten erforderlichen Einzelimpfung müssen mindestens 14 Tage vergangen sein) und Genesene (Als genesen gilt, bei wem die Infektion mindestens 28 Tage bis maximal 6 Monate zurückliegt) zählen nicht mit, ebenso Kinder bis einschließlich 14 Jahre.
- Sofern das Training in zwei Gruppen aufgeteilt werden muss, wird gewährleistet, dass sich die Zehnergruppen während der Sportausübung in verschiedenen, mindestens drei Meter voneinander entfernten Bereichen aufhalten und keine Durchmischung der einzelnen Gruppen erfolgt. Die Trennung der Gruppen kann auch durch die Nutzung der Trennwände in der Halle erfolgen. Jede Gruppe bekommt eigene, separate Umkleieräume und Toiletten zugewiesen.

Teilnahme-Bedingungen

- Sollten typische Krankheitssymptome (Schnupfen, Husten, Fieber etc.) auftreten, darf die Athletin bzw. der Athlet nicht am Training teilnehmen.
- Bei einem positiven Corona-Virus Test innerhalb des eigenen Haushaltes muss das Mitglied für 14 Tage dem Training fernbleiben.
- Interessierte (Neuanfänger) können nur nach vorheriger Anmeldung zum Training kommen.
- Zum Schutze aller Beteiligten ist bei regelmäßiger Nichteinhaltung, neben begründeten Ermahnungen seitens des Trainerteams, ein vorübergehender Trainingsausschluss nicht ausgeschlossen.
- Jedes Mitglied nimmt auf eigene Gefahr am Training teil. Jedes Mitglied bringt eine unterschriebene Einwilligungserklärung mit (*siehe Seite 3*).

Die vorstehenden Regelungen gelten ab dem 24.05.2021 bis auf weiteres, solange keine Änderungen der gesetzlichen Grundlagen bekanntgegeben werden. Sie werden allen am Sportbetrieb der Fechtabteilung Beteiligten über die Homepage zugänglich gemacht und per Mail an alle Mitglieder verschickt.

Bad Nauheim, den 21.05.2021

gez. Dr. med. Tibor Ziegelhoffer
Abteilungsleiter Fechten

gez. Philipp Kondring
Sportkoordinator Fechten



Einwilligungserklärung (Mai 2021)

Hinweis: Für jedes Mitglied einzeln auszufüllen!

Name: _____

Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Straße + Hausnr.: _____

PLZ + Ort: _____

Telefon: _____

Mail: _____

	Entsprechendes bitte ankreuzen!	
	ja	nein
Ich bin bereits vollständig gegen Covid-19 geimpft. <i>Hinweis: Seit der letzten erforderlichen Einzelimpfung müssen mindestens 14 Tage vergangen sein.</i>		
Ich hatte in den letzten 6 Monaten eine Covid-19 Infektion. <i>Hinweis: Als genesen gilt, bei wem die Infektion mindestens 28 Tage bis maximal 6 Monate zurückliegt.</i> Falls ja, wann? _____		
Ich bin laut RKI Definition Teil der Risikogruppe.		

Hiermit bestätige ich, dass ich mich an die regionalen und behördlichen Richtlinien bezüglich Covid-19 und das jeweils aktuell gültige Hygienekonzept halten werde und bei Krankheitssymptomen nicht zum Training erscheine. Das aktuell gültige Konzept ist jederzeit über die Homepage der Fechtabteilung abrufbar. Änderungen werden allen Mitgliedern per Mail mitgeteilt.

Ich bestätige, dass ich bei Regelverstößen mit Konsequenzen einverstanden bin. Weiterhin werde ich die TrainerInnen über eine Erkrankung unverzüglich informieren (auch bei einem möglichen Verdacht), sodass sie mit der Trainingsgruppe frühzeitig reagieren können.

Die oben genannten Maßnahmen sind kein garantierter Schutz vor einer Covid-19 Infektion. Der Verein und die Trainer können für eine mögliche Infektion nicht haftbar gemacht werden. Ich versichere, dass die oben gemachten Angaben der Wahrheit entsprechen.

Ort, Datum

Unterschrift Sportler*in

Bei Minderjährigen Unterschrift der Erziehungsberechtigten



Infektionen vorbeugen:

Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen,
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor den Mahlzeiten,
- ▶ nach dem Besuch der Toilette,
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren.



3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armebeuge vor Mund und Nase.

6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.