

# Bramstedter TS – Abteilung Leichtathletik

## Hygienekonzept Freiluft

Das Hygienekonzept soll zu einer Minimierung des Risikos der Infektionsübertragungen beitragen. Infektionen können jedoch dadurch nicht restlos ausgeschlossen werden.

### Gesundheitszustand

- Bei Symptomen wie Husten, Halsschmerzen, Schnupfen oder Fieber ist die Teilnahme am Training untersagt.
- Reiserückkehrer aus einem Risikogebiet dürfen erst nach zweiwöchiger Pause wieder am Training teilnehmen.
- Bei Kontakt zu einem Covid-19-Erkrankten ist ebenfalls eine zweiwöchige Trainingspause einzulegen. Der jeweilige Trainer wird informiert.

### Allgemeines zum Training

- Das **Training** findet grundsätzlich **im Freien** statt. Lediglich das Krafttraining findet im Bunker (Garage im Stadion) statt. Hier dürfen sich maximal 3 Personen gleichzeitig aufhalten.
- Die Sportler kommen in Sportkleidung zum Training. Es stehen auf dem Sportplatz keine Umkleiden und Duschen zur Verfügung.
- Die Sportler kommen erst kurz vor Trainingsbeginn und verlassen die Sportanlage direkt nach Trainingsende.
- Auf Fahrgemeinschaften sollte – wenn möglich – verzichtet werden.
- Zeitgleich trainierende Trainingsgruppen bleiben unter sich und dürfen sich nicht vermischen. Um dies auch bei zeitgleichem Trainingsbeginn zu gewährleisten, ist **beim Betreten des Stadions daher für alle das Tragen einer Mund- und Nasenbedeckung Pflicht**. Diese darf erst zu Trainingsbeginn, wenn die jeweilige Trainingsgruppe unter sich ist, abgenommen werden. Direkt nach Trainingsende ist diese beim Verlassen des Stadions wieder aufzusetzen.
- Toilettengänge sollten – wenn möglich – schon zu Hause erledigt werden. Es stehen aber Toiletten für den Notfall zur Verfügung. Diese dürfen von nur einer Person gleichzeitig genutzt werden.
- Beim Training sind keine Zuschauer erlaubt.
- Begleitpersonen sind nur bei neuen Kindern erlaubt. Diese haben ebenfalls eine Mund- und Nasenbedeckung zu tragen und werden in der Anwesenheitsliste mit erfasst. Das Zuschauen seitens der Begleitperson ist nur bei neuen Kindern gestattet. Zwischen den Begleitpersonen aus verschiedenen Haushalten sind die Mindestabstände einzuhalten. Ebenso ist ein entsprechender Abstand zu den Trainingsgruppen zu wahren.

### Training

- Zu Beginn des Trainings sind die Hände zu desinfizieren bzw. ausgiebig mit Seife zu waschen.
- Verpflichtend müssen bei **jedem** Training Anwesenheitslisten mit Angabe von Namen, Anschrift und Telefonnummer von **allen** Teilnehmern, Begleitpersonen und Trainern geführt werden. Hierfür führt jeder Trainer eine eigene Liste. Diese sind vier Wochen aufzubewahren und sind vor dem Zugriff Unbefugter zu schützen.
- Das Trainingsmaterial (Hütchen, etc.) wird nur von ausgewählten Personen (i.d.R. die Trainer) angefasst, es sei denn, dem Athleten wird ein eigenes Trainingsgerät (Ball, Speer...) für das gesamte Training zugewiesen. Das Material und die Geräte sind nach Gebrauch zu desinfizieren.
- Die Geräte, die für das Krafttraining im Bunker genutzt werden, sind nach Gebrauch zu desinfizieren.
- Das Training findet - soweit wie möglich - **kontaktfrei** statt und die **Abstände** werden ebenfalls – soweit wie möglich - eingehalten.

Sollte es Regelungen von Behörden geben, die eine weitere Einschränkung von oben genannten Punkten vorsehen, sind diesen Folge zu leisten.

Katrin Blumhagen

i.A. für den Vorstand der Bramstedter TS – Abteilung Leichtathletik