

Turnverein 1880 Dreieichenhain e.V.

sportzentrum dreieich

Abteilung Turnen

Turnen – Gymnastik – Wandern



Dreieich, 14.11.2021

Hygienekonzept der Turnabteilung wegen Sars-CoV2-Pandemie

Basierend auf der Coronavirus-Schutzverordnung und den zugehörigen Auslegungshinweisen der Hessischen Landesregierung, den Übergangsregeln des Deutschen Turner Bundes, der Anwendungshilfe Arbeitsschutzstandards Sportvereine der VBG sowie den zehn Leitplanken des DOSB wird für die Abteilung Turnen des TVD dieses Konzept erstellt.

Übergeordnete Regelungen zum Sportbetrieb des Turnverein 1880 Dreieichenhain e. V. finden sich in der Nutzungsordnung durch den Hauptvorstand.

Hygieneregeln der TVD Turnabteilung für den Trainingsbetrieb

A - Nur wer in eigener Selbstbeurteilung frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf an den Übungsstunden teilnehmen.

B - Nicht in Fahrgemeinschaften zum Training kommen.

C - Teilnahme am Sportbetrieb (Übungsleiter, Teilnehmer, Zuschauer) nur mit Negativnachweis (geimpft, getestet, genesen), als Test nur PCR-Test zugelassen, Ausnahmen für Personen unter 18 Jahren und Personen, die sich aus medizinischen Gründen nicht impfen lassen können, Übungsleitende haben Möglichkeit zur zweimal wöchentlichen Testung

D - Eigene Gymnastikmatten, Badetücher und Handtücher mitbringen - Vereinseigene Matten, Sportgeräte und Kleingeräte müssen nach der Übungsstunde von den Teilnehmenden desinfiziert werden

E - Betreten des TVD Gebäudes nur mit Mund/Nasenschutz - Vor Betreten der Sporträume mit Abstand anstellen. In den Sporträumen und beim Sport kann die Maske abgesetzt werden

F - Vor und nach dem Training Hände waschen bzw. desinfizieren.

G - Ablage der eigenen Sachen auf Stühlen und Turnbänken mit Abstand und eindeutiger Zuordnung. Hier auch Schuhe wechseln. Ggf. Handtücher auf Sitzgelegenheiten legen oder diese desinfizieren.

H - Im Training wo möglich 1,5 m bis 2 m Abstand halten.

I - Risiken minimieren

a - Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln

b - Räume ausreichend durchlüften - Getrennte Ein- und Ausgänge nutzen (Großer und Kleiner Saal) oder Zeitfenster zwischen zwei aufeinanderfolgenden Übungsstunden einrichten und gegebenenfalls mit anderen Abteilungen abstimmen (Kleiner Saal, Raum Waldblick und Burgblick) - Ankunft frühestens 5 Minuten vor Beginn und zügiges Verlassen am Ende des Sports bei nachfolgendem Angebot

c - Je nach Raumgröße Anzahl der Teilnehmenden festlegen. Gruppen eventuell verkleinern und nach Raum- und Zeitkapazität das Angebot zweimal anbieten oder im Wechsel alle 2 Wochen.

d - Gruppengrößenbeschränkung entfällt, bisherige Regelung (max. 10 exkl. Geimpfte, Genesene, ÜL und u 14) als Empfehlung, Überschreitung Personenzahlbegrenzung nach Nutzungsordnung nur nach Absprache

J - Übungsleitende achten auf Einhaltung der gebotenen Regeln und führen Anwesenheitslisten mit Ort, Datum, Namen aller Anwesenden (auch Eltern usw.), Anschrift und Telefon.

Diese Regeln gelten für die Übungsstunden in den Räumen der TVD Turnhalle

Für Übungsstunden und Angebote im Freien gelten die Punkte A, B, F, H, I a, I d und J

Karl Heinz Winkel, Aktualisierung Peer Falkenberg, Vorstandsteam der TVD Turnabteilung

Anhang:

Stand **14.11.2021**

Ausführungshinweise nach Sparten

Inhaltsverzeichnis

Ausführungshinweise nach Sparten.....	2
Kinderturnen.....	2
Gerätturnen und Trendsport: Le Parkour / Breakdance.....	3
Gymwelt: Gymnastik, Fitness- und Gesundheitssport, Asiatische Bewegungskultur und Kurse.....	3
Nordik-Walking und Wandern.....	4
Negativnachweise.....	4
Schutzmaßnahmen für Mitarbeitende.....	5
Reinigungsregime.....	6
Reinigungsprotokoll / Reinigungsanweisungen.....	8
Verweise.....	9

Kinderturnen

Begleitende / Zuschauende Eltern tragen im Gebäude Mund-Nasen-Bedeckung. Im Eltern-Kind-Turnen mitmachende Eltern dürfen Ihre Maske ablegen. Nach Möglichkeit lassen die Eltern die Kinder alleine ins Gebäude und holen sie am Ausgang wieder ab, sie sind ja auch alleine im Kindergarten.

Ablage der eigenen Sachen im Abstand von mind. 1,5 m auf den Bänken an der Hallenseite oder in den Umkleidekabinen. Dort sind grüne Markierungen in entsprechendem Abstand angebracht.

Kleingeräte sind pro Person auszugeben. Findet doch ein Wechsel statt, so hat eine Hände- oder Gerätereinigung stattzufinden.

Hilfestellungen werden auf das absolute Mindestmaß reduziert. Nach Möglichkeit ist so zu greifen, dass sich die Köpfe von Sportler/in und Trainer/in weitestmöglich entfernt voneinander befinden. Sind Begleitpersonen des Kindes anwesend, die in der Lage sind, die Hilfestellung zu leisten (z. B. Hand beim Balancieren), sollten diese dies tun. Der/ie Trainer/in hat dabei Maske zu tragen.

In Trainingsabschnitten, die keine Unterschreitung des **Mindestabstandes** benötigen, ist auf die Einhaltung hinzuwirken. Diese Regel gilt nicht für Personen eines Hausstandes. Im Eltern-Kind-Turnen bilden Elternteil und Kind eine Einheit, wobei das Elternteil auf die Einhaltung des Abstandes zu anderen Eltern-Kind-Paaren zu achten hat.

Lüften nach den Empfehlungen der Kommission Innenluftraumhygiene des Umweltbundesamtes Vor und nach jeder Gruppe -spätestens nach 45 min Sport, Empfehlung alle 20 min - ist 5 bis 10 min zu lüften. Für den Großen Saal bedeutet dies, alle zu öffnenden Fenster auf Straßen- und Sportplatzseite, die Notausgangstür im Saal zum Sportplatz hinaus und die Notausgangstür auf der Bühne zu öffnen. Die Tür zum Eingangsbereich ist dabei geschlossen zu halten.

Für **parallel trainierende Gruppen** (Abstand mind. 3 m) sind die aktuell genutzten Bereiche klar zu trennen. Dies kann durch Absprache der Übungsleitenden und Kommunikation an die Teilnehmenden bei offensichtlichem Gruppenabstand sowie durch sichtbare Barrieren (Bänke, Mattenwagen, Tischtennisabtrennungen...) geschehen. Die Personenzahlbegrenzung des genutzten Raumes darf auch in Summe nicht überschritten werden.



Alle intensiver genutzten Flächen sind nach dem unten angegebenen **Reinigungsregime** zu reinigen, bzw. ist die Nutzung für die nachfolgenden eindeutig zu dokumentieren.

Gerätturnen und Trendsport: Le Parkour / Breakdance

Begleitende / Zuschauende Eltern tragen im Gebäude Mund-Nasen-Bedeckung. Nach Möglichkeit lassen die Eltern die Kinder alleine ins Gebäude und holen sie am Ausgang wieder ab.

Ablage der eigenen Sachen im Abstand von mind. 1,5 m auf den Bänken an der Hallenseite oder in den Umkleidekabinen. Dort sind grüne Markierungen in entsprechendem Abstand angebracht.

Bei jedem neuen **Antritt an einem Großgerät** mit intensivem Gerätekontakt, an dem vorher keiner oder jemand anderes war, sind die Hände zu desinfizieren oder zu waschen.

Kleingeräte sind pro Person auszugeben. Findet doch ein Wechsel statt, so hat eine Hände- oder Gerätereinigung stattzufinden.

Hilfestellungen werden auf das Mindestmaß reduziert. Beim Wechsel von einer/m zu einer/m anderen Sportler/in sind die Hände des Trainers / der Trainerin zu desinfizieren oder zu waschen. Nach Möglichkeit ist so zu greifen, dass sich die Köpfe von Sportler/in und Trainer/in weitestmöglich entfernt voneinander befinden. Der/ie Trainer/in hat dabei Maske zu tragen.

In Trainingsabschnitten, die keine Unterschreitung des **Mindestabstandes** benötigen, ist dieser einzuhalten. Diese Regel gilt nicht für Personen eines Hausstandes.

Lüften nach den Empfehlungen der Kommission Innenluftraumhygiene des Umweltbundesamtes Vor und nach jeder Gruppe -spätestens nach 45 min Sport, Empfehlung alle 20 min - ist 5 bis 10 min zu lüften. Die Türen zu Gebäudefluren sind dabei geschlossen zu halten. Für den Großen Saal bedeutet dies, alle zu öffnenden Fenster auf Straßen- und Sportplatzseite, die Notausgangstür im Saal zum Sportplatz hinaus und die Notausgangstür auf der Bühne zu öffnen. Die Tür zum Eingangsbereich ist dabei geschlossen zu halten.

Für **parallel trainierende Gruppen** (Abstand mind. 3 m) sind die aktuell genutzten Bereiche klar zu trennen. Dies kann durch Absprache der Übungsleitenden und Kommunikation an die Teilnehmenden bei offensichtlichem Gruppenabstand sowie durch sichtbare Barrieren (Bänke, Mattenwagen, Tischtennisabtrennungen...) geschehen. Die Personenzahlbegrenzung des genutzten Raumes darf auch in Summe nicht überschritten werden.

Alle intensiver genutzten Flächen sind nach dem unten angegebenen **Reinigungsregime** zu reinigen, bzw. ist die Nutzung für die nachfolgenden eindeutig zu dokumentieren.

Gymwelt: Gymnastik, Fitness- und Gesundheitssport, Asiatische Bewegungskultur und Kurse

Nach Möglichkeit sind eigene **Gymnastikmatten und Kleingeräte** mitzubringen. Ansonsten: Kleingeräte und Matten sind pro Person auszugeben. Findet doch ein Wechsel statt, so hat eine Hände- oder Gerätereinigung stattzufinden.

Ablage der eigenen Sachen mit Abstand und eindeutiger Zuordnung. Die Nutzung des kleinen Geräteraumes im 2. OG ist nur von zwei Personen gleichzeitig gestattet.

Unterschreitet der/ie Trainerin den Mindestabstand bspw. zur **Bewegungskorrektur**, so ist dabei Maske zu tragen.

Die Einhaltung des **Mindestabstandes** ist nach Möglichkeit von der Ankunft bis zum Ende der Übungsstunde einzuhalten. Diese Regel gilt nicht für Personen eines Hausstandes.

Lüften nach den Empfehlungen der Kommission Innenluft Raumhygiene des Umweltbundesamtes
Vor und nach jeder Gruppe -spätestens nach 45 min Sport, Empfehlung alle 20 min - ist 5 bis 10 min zu lüften. Die Türen zu Gebäudefluren sind dabei geschlossen zu halten. Für den Großen Saal bedeutet dies, alle zu öffnenden Fenster auf Straßen- und Sportplatzseite, die Notausgangstür im Saal zum Sportplatz hinaus und die Notausgangstür auf der Bühne zu öffnen.

Alle intensiver genutzten Flächen sind nach dem unten angegebenen **Reinigungsregime** zu reinigen, bzw. ist die Nutzung für die nachfolgenden eindeutig zu dokumentieren.

Nordik-Walking und Wandern

Keine Vorankündigung der Wanderungen in der Presse.

Teilnahme von Externen nach vorheriger Anmeldung.

Bildung von Untergruppen à höchstens zehn Personen oder zwei Haushalten, welche zueinander offensichtlichen – mindestens 3 m – Abstand halten.

Negativnachweise

Ein Negativnachweis ist durch eine der folgenden Möglichkeiten zu erfüllen:

1. vollständigen Impfschutz hat,
 1. wer die erforderliche Anzahl an Einzelimpfungen nach www.pei.de/impfstoffe/covid-19 nachweisen kann und dessen letzte Einzelimpfung mind. 14 Tage zurückliegt.
 2. wer ein positives Testergebnis auf SARS-CoV-2 durch eine Labordiagnostik mittels Nukleinsäurenachweis (meist PCR-Test) und eine Einzelimpfung mit einem der Impfstoffe aus der Liste des Paul-Ehrlich-Instituts (siehe URL) nachweisen kann.
2. genesen ist,
 1. wer ein positives Testergebnis auf SARS-CoV-2 durch eine Labordiagnostik mittels Nukleinsäurenachweis (meist PCR-Test) nachweisen kann. Das Testdatum muss mindestens 28 Tage und darf höchstens 6 Monate zurückliegen.
3. getestet ist,
 1. wer einen Testnachweis durch max. 48 h zurückliegende Testung mittels Nukleinsäurenachweis (meist PCR-Test) vorlegen kann.
 2. Personen unter 18 Jahren können die kontinuierliche Teilnahme an einer regelmäßigen Testung im Rahmen eines verbindlichen Schutzkonzeptes für Schülerinnen und Schüler sowie Studierende an Schulen oder sonstigen Ausbildungseinrichtungen nachweisen (z. B. per Schultestheft). Ebenso dürfen diese Testnachweise für max. 24 h zurückliegende Testung per Antigentest durch geschultes Personal (Bürgertest) als Negativnachweis verwenden.
 3. Personen, die sich aus medizinischen Gründen nicht impfen lassen können, und dies durch ein ärztliches Attest (mit Name und Geburtsdatum) nachweisen, dürfen die unter 2. erwähnten Varianten zur Negativnachweisführung nutzen.

Kinder unter 6 Jahren sowie noch nicht eingeschulte Kinder sind von der Vorlagepflicht eines Negativnachweises ausgenommen.

Im Rahmen der Risikominimierung für alle Teilnehmenden und unsere Mitarbeitenden weisen wir auf die Möglichkeit einer eigenverantwortlichen, regelmäßigen Testung mit Selbsttests oder nun wieder möglichen Bürgertests unabhängig des Immunisierungsstatus hin und empfehlen diese ausdrücklich.

Schutzmaßnahmen für Mitarbeitende

Das vorliegende Hygienekonzept dient nicht nur dem Schutz von Teilnehmenden an den Sportangeboten sondern auch dem der Mitarbeitenden.

Masken werden den Mitarbeitenden auf allen drei Etagen (EG, 1. OG, 2. OG) zur Verfügung gestellt.

Mitarbeiter mit Kontakt zu externen Personen (also insbesondere Übungsleitende) haben der Abteilungsleitung einen Negativnachweis vorzulegen. Wer keinen Impf- oder Genesenennachweis vorlegen möchte oder kann, muss sich zweimal wöchentlich (Selbsttest, Bürgertest) testen und die Durchführung mit Datum, Uhrzeit und Ergebnis dokumentieren. Die Dokumentation ist mind. zwei Wochen aufzubewahren. Die Tests sind möglichst im Vorfeld der Übungsstunden und über die Woche verteilt vorzunehmen.

Unabhängig vom Immunisierungsstatus werden allen Mitarbeitenden mit Kontakt zu anderen Personen im Rahmen ihrer Arbeit für den Verein zwei Selbsttests pro Woche zur Verfügung gestellt.

Persönliche Treffen zwecks Organisation werden auf das Nötigste reduziert, die Kommunikation findet weitgehend per Telefon, E-Mail und Videokonferenz statt.

Die Mitarbeitenden wurden über die Gesundheitsgefährdung bei der Erkrankung an der Coronavirus-Krankheit-2019 (COVID-19) und die Möglichkeit einer Impfung aufgeklärt.

Reinigungsregime

Nach den Einschätzungen der Bundesanstalt für Arbeitsschutz- und Arbeitsmedizin und des Robert-Koch-Instituts wird eine vorsorgliche oder auch routinemäßige **Desinfektion von Oberflächen** im öffentlichen Bereich, auch von häufigen Kontaktflächen, **nicht empfohlen**. Auch aufgrund der Empfindlichkeit vieler Oberflächen werden wir dieser Empfehlung folgen.

Sollte eine Flächendesinfektion aus akutem Anlass nötig erscheinen (bspw. angelegte Oberfläche), bitte die bereitstehenden Flächendesinfektionstücher benutzen. Die Tücherbehälter nach Tuchentnahme wiederverschließen, der desinfizierende Alkohol ist flüchtig.

Die in Sprühflaschen bereitstehende Händedesinfektion eignet sich aufgrund des zugesetzten Glycerin (zur Hautschonung) weniger für den Einsatz auf Oberflächen und ist ohne zusätzlichen mechanischen Einsatz (Tuch) auch weniger effektiv.

Ausnahme Reckstange: Der entstehende Seifenfilm und die Entfernung der Präparierung macht Langhantelübungen u. ä. zu gefährlich, spez. Sprühdeseinfektion steht bereit, gewischt braucht hier (bis auf Verspannungshebel und Verstellgriffe) nicht zu werden.

Dementsprechend gilt folgende **sechs-Stunden-oder-Reinigung-Regelung**:

Geräte, deren nächste Nutzung erst mindestens sechs Stunden später liegt, brauchen nicht gesondert gereinigt zu werden. Geht man davon aus, ist aber nicht sicher, ob eine Nutzung durch andere im relevanten Zeitraum erfolgt, hat eine Kennzeichnung der benutzten Geräte mit Datum und Uhrzeit der letzten Nutzung oder eine Reinigung zu erfolgen. (Nach der letzten Übungsstunde am Abend braucht also keine Reinigung zu erfolgen.)

Geräte, deren Nutzung keine akute Übertragung per Schmierinfektion vermuten lässt (z. B. Landmatten mit aufrechter Landung, Nadelfilz- oder Stoffoberflächen), unterliegen erst am Ende des Blocks von Übungsgruppen der sechs-Stunden-oder-Reinigung-Regel.

Alle **Staubsaugarbeiten** können am Ende eines Blocks von Übungsstunden durchgeführt werden. Waren die zu saugenden Geräte bei mehreren Gruppen in Benutzung oder wurde Magnesia eingesetzt, greift die 6-Stunden-Regel nicht mehr.

Wir bitten bei Reinigungsmaßnahmen keinesfalls gegen nachfolgende Liste zu handeln. In diesem Fall sind Schädigungen der Oberflächen zu befürchten.

Oberflächenreinigungsmöglichkeiten nach Material (nach Angaben der Firma Spieth)

Material	Wasser und nichtaggressive Reinigungsmittel (Seife) + feuchtes Tuch	Desinfektionsmittel mit feuchtem Tuch oder Sprühpumpe (je nach Gerätetyp)	Staubsaugen (mit HEPA-Filter)	Dampfreinigen
Holz	X	X	X	
Stahl	X	X	X	
PVC	X	X	X	
Nadelvlies	X	X	X	X
Schaumstoff	X	X		
Stoffbezug	X	X	X	
Holzholm	X	X		
Naturfaserholm	X	X		
Plastik / Gummi	X	X		
Naturleder	X			
Kunstleder	X			

Daraus ergibt sich für unsere Situation folgendes **Reinigungsprotokoll / Reinigungsanweisungen:**

Gerät	Reinigungsmaßnahmen
Matten	
Bodenläufer	absaugen (ist der Läufer bei der Nutzung von Badetüchern o. ä. bedeckt, braucht keine Reinigung zu erfolgen.)
Niedersprungmatten	absaugen
Weichbodenmatten	flächig feucht abwischen
Turnmatten	flächig feucht abwischen
Gymnastikmatten	flächig feucht abwischen
Weichbodenteile in Spannbettbezug	absaugen
Großgeräte	
Sprungtisch	Kunstleder mit weichem Tuch abreiben, Verstellgriffe feucht abwischen
Stufenbarren & Bodenholm	Holme im Zweifel mit leichter Seifenlauge abwischen, überschüssiges Reinigungsmittel mit Tuch aufsaugen, ebenfalls Verstellgriffe, ggf. Magnesia aufsaugen
Balken & Übungsbalken	Oberfläche mit weichem Tuch abreiben
Pauschenpferd	Lederoberfläche feucht abwischen (keinesfalls zu feucht), Pauschen ebenfalls
Parallelbarren	Holme ggf feucht abwischen, ebenfalls Verstellgriffe und Fußhebel, ggf. Magnesia aufsaugen
Reck	Mit Sprühdesinfektion einsprühen, in Härtefällen Stange ggf. feucht abwischen, überschüssiges Reinigungsmittel mit Tuch aufsaugen, ebenfalls Verstellgriffe und Spannhebel
Methodikgeräte	
Kleine & Große Kästen	feucht abwischen (Lederoberfläche keinesfalls zu feucht)
Turnpilz	feucht abwischen
Sprungbretter	absaugen
Minitrampolin	Umrandung und Sprungtuch feucht abwischen
Methodikblöcke und Keile	flächig feucht abwischen
Einbaugeräte	
Schaukelringe	feucht abwischen
Sprossenwände & Klimmzugbügel	Griffstellen oder komplett feucht abwischen
Klettertaue	Keine Reinigung möglich, deshalb Hände vorher desinfizieren oder waschen
Kleingeräte	
Kleingeräte	Griffstellen oder komplett feucht abwischen
Bälle	feucht abwischen

Eimer, Lappen und Haushaltsreiniger stehen für jeden Übungsraum bereit. Die milde Seifenlauge ist durch den letzten Übungsleitenden am Tag verbindlich zu leeren.
Ein Staubsauger steht im Großen Saal bereit.

Verweise

<https://www.baua.de/DE/Themen/Arbeitsgestaltung-im-Betrieb/Coronavirus/FAQ/FAQ-18>
https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Reinigung_Desinfektion.htm
https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/2546/dokumente/irk_stellungnahme_lueften_sars-cov-2_0.pdf
https://www.htv-online.de/fileadmin/img/Vereinservice/Corona-Infos/Hinweise_zur_Desinfektion_von_BENZ-Sportgeraeten_200608.pdf
https://www.htv-online.de/fileadmin/img/Vereinservice/Corona-Infos/Spieth_Reinigung_Geraete_und_Matten.pdf