



# COVID-19: Hygieneregeln des TSV



Lockerungen ab  
Inzidenz < 100

**19.5.2021 Wiederaufnahme des Sportbetriebs bei einer Inzidenz 5 Tage unter 100 !**

Der Sport- und Trainingsbetrieb ist jetzt seit über 6 Monaten eingestellt. Inzwischen gibt beim TSV digitale Angebote, die notdürftig ein bisschen Gemeinschaftssport bieten.

Aktuell fallen die Inzidenzen deutlich. Bleiben die Inzidenzen unter 100:

- Wir dürfen den Sportbetrieb gemäß Stufenplan mit kleinen Einschränkungen (Hygieneplan) wieder aufnehmen.
- Genesene und Geimpfte im Sinne des § 2 können uneingeschränkt Sport betreiben, solange ausschließlich geimpfte oder genesene Personen teilnehmen.

Die folgenden Regelungen sind abgeleitet aus den Allgemein-Verfügungen des Landes Hessen und den Klarstellungen des Landessportbunds Hessen:

- <https://www.landessportbund-hessen.de/servicebereich/news/coronavirus/faq/>
- [Übersichtstabelle Sport](#)



# COVID-19: Hygieneregeln des TSV



## Stufe 1

Für Sport IN DER HALLE für alle *über* 14 Jahren ist Sport in Kleingruppen möglich:

- Kleingruppen  $\leq$  5 Personen
- Max 2 Hausstände
- Kinder/Jugendliche  $\leq$  14 Jahren zählen nicht als Person, jedoch als Hausstand
- Genesene & Geimpfte zählen nicht zur Gruppe

Organisation und Umsetzung beim TSV:

- Max. zwei Übungsleiter dürfen Hilfestellungen geben und zählen NICHT zu der Kleingruppe müssen jedoch die AHA Regeln möglichst beachten (Maske !)
- Jede Kleingruppe muss mindestens 3m Abstand zur nächsten Gruppe haben. D.h. die Halle kann in zwei Felder für zwei Kleingruppen unterteilt werden.
- Begleitpersonen dürfen sich nicht mischen.
- Unter den oben genannten Voraussetzungen können zwei Kleingruppen gleichzeitig in der Halle trainieren. Die oben genannten Punkte müssen organisatorisch eindeutig sichtbar umgesetzt sein (Aufsteller, Flyer, Schilder)

Alle Sportler & Begleitpersonen dürfen sich vor-, während und nach dem Sport nicht durchmischen.

**Für Sport DRAUSSEN für alle *bis einschließlich* 14 Jahren:**

Training mit bis zu zwei ÜL ist draußen möglich - unabhängig der Personenzahl.



# COVID-19: Hygieneregeln des TSV



## Stufe 2

Es ist mit kleinen Einschränkungen wieder fast alles möglich!

- Umkleiden sind gesperrt
- Hygiene-Maßnahmen gelten weiterhin
- Namensliste („Luca“ ist möglich, QR-Code hängt aus, sonst per Zettel)
- Personenanzahl ist begrenzt nach Sportart. (Trainer, Genesene, Geimpfte zählen nicht mit)
  - Mannschaftssport: unbegrenzt.
  - Gym, Tanzen, etc.: max. 10 Personen



# COVID-19: Hygieneregeln des TSV



## Umsetzung und Planung einer Trainingsstunde:

Wir würden uns freuen, wenn die Übungsleiter/Trainer Online-Training oder wieder vorsichtig und unter Berücksichtigung der geltenden Regeln Training anbieten.

## Digitale / Online Übungsstunden

- Der TSV stellt den ÜL eine vollwertigen ZOOM Account zur Verfügung (ohne Zeitbeschränkung).
- Die ÜL können bei der Sportwartin ([Melanie.Richter-wz@gmx.de](mailto:Melanie.Richter-wz@gmx.de)) oder Schriftführer ([hm@heuck.de](mailto:hm@heuck.de)) den Zugang anfordern und sich über die Anforderungen informieren.
- Wir wollen mit dem digitalen Übergangsangebot möglichst alle Mitglieder erreichen. Wenn ihr eine Stunde anbieten, sagt bitte Melanie Stanzel oder Hans-Martin Heuck Bescheid, damit die Termine im Online-Kalender eingetragen werden. ÜL können auch ein eigener Account zum Onlinesystem zugeteilt werden.

## Trainingsangebot in der Halle

1. Ein Übungsleiter/Trainer muss während des Sportbetriebes durchgehend anwesend sein. (Hygienemaßnahmen beachten, Mundschutz etc.)
2. Möchte ein ÜL/T eine Sportmöglichkeit / Trainingseinheit anbieten, kann sie/er Hallenzeit im Online-Kalender reservieren. Die Zeit gilt als reserviert, wenn diese im Online-Kalender eingetragen ist.
  - a. Zum Eintragen in den Online-Kalender könnt ihr ein Login zum Web-System unter [hm@heuck.de](mailto:hm@heuck.de) bekommen.  
Oder
  - b. den Termin bei der Sportwartin ([Melanie.Richter-wz@gmx.de](mailto:Melanie.Richter-wz@gmx.de)) oder Schriftführer ([hm@heuck.de](mailto:hm@heuck.de)) reservieren.
3. Übungsstunden können nur von Trainern/ÜL belegt werden.
4. Die Halle kann längs in zwei Spielfeldbereiche unterteilt werden. Der Feldbereich muss abgetrennt werden inkl. Zugang. (z.B. mit den TT Aufstellern.)
5. Der Gymnastik-Raum kann 1-fach belegt werden.
6. Die Sportmöglichkeit sollte möglichst vielen Vereinsmitgliedern ermöglicht werden.
7. Der ÜL/T muss eine Anwesenheitsliste führen und ist für die Detail-Terminplanung im reservierten Zeitblock zuständig, wenn es mehrere Interessenten gibt.
8. Eine Lüftungspause vom 10 Min zwischen Zeitblöcken muss eingehalten werden.
9. Mögliche Sportarten: Aktuell gibt es keine Unterscheidung zwischen kontakt- und kontaktlosen Sportarten.

Darüber hinaus:



# COVID-19: Hygieneregeln des TSV



- Grundsätzlich gelten die Corona-Allgemeinverfügungen des Landes Hessen und des Lahn-Dill Kreis. Temporäre, lokale Einschränkungen gelten vorrangig.
  - Entscheidend sind in solchen Fällen die Anweisungen des Landes Hessen, des Lahn-Dill-Kreis und der lokalen Gesundheitsbehörden.
- Befolge die Anweisungen der ÜL und der Hinweisschilder
- Wir müssen die Trainingsbeteiligung genau (kommen/gehen) dokumentieren, um bei Infektion handeln zu können.
  - Es sind Meldelisten zu führen bzw. auszufüllen.
  - Neu: Es kann die Luca-App zur Dokumentation genutzt werden.
- **Besucher sind NICHT zugelassen.**
  - Kinder und Jugendliche dürfen von einer erwachsenen Person begleitet werden.
- Es gilt **grundsätzlich Maskenpflicht:**
  - Die Maske darf nur für die unmittelbare sportliche Tätigkeit abgenommen werden.
  - Auch in Sport-Pausen gilt die Maskenpflicht.
  - Für die ÜL gilt Maskenpflicht.
- **Kontakt während der sportlichen Tätigkeit sollte vermieden werden.**
- **Die Umkleiden und Duschen sind geschlossen:**
  - Schuhe, Jacken, etc. können auf der Bühne gewechselt werden.



# COVID-19: Hygieneregeln des TSV



## AHA-L

- Desinfektionsmöglichkeiten sind im Halleneingang, vor der Umkleide und WC vorhanden.
  - Info wenn was fehlt an: 0176 61010392 bzw. an den Vorstand
- Eine ausreichende Belüftung muss sichergestellt sein:
  - In Spiel & Trainingspausen ist durch Öffnen der Eingangstüren/Fenster ein Durchzug zu gewährleisten.
  - Mindestens alle 60 Minuten für 5 Minuten Stoßlüftung.
    - Lässt das Wetter keine Lüftung zu, läuft die Lüftungsanlage 1x pro Stunde automatisch an.
  - Angepasste Sport-Bekleidung ist zu empfehlen, um in der kalten Jahreszeit eine Lüftung zu ermöglichen -> Zwiebellook!
- Zügiges Betreten der Turnhalle um die Bildung von Menschentrauben vermeiden.
  - Im Eingangsbereich, Flur Maske tragen. (Pflicht ab Warnstufe gelb)
  - Die Trainingszeiten sind so eingeteilt, dass sich Gruppen nicht treffen. Die Zeiten dürfen nicht geändert werden
- Die Sportgeräte müssen desinfiziert werden

## WC

- Sportler in der Halle nutzen die Toiletten im Foyer
- Sportler im Gymnastik-Raum nutzen die Toiletten in den Umkleiden
- Die WC sind einzeln zu benutzen (Halle)

## Maximale Personen-Anzahl

Die maximale Personenzahl ist abhängig von der aktuell geltenden Stufeneinteilung. S.o.



# COVID-19: Hygieneregeln des TSV



## Trainingszeiten

**Alle regulären Trainings-Zeiten sind in der Phase des Lock-Down ausgesetzt!**

Übungsstunden werden im Online-Kalender koordiniert und können von Übungsleiter bei der Sportwartin (& Schriftführer) gebucht werden. (Alternativ kann ein Zugang zum Online-System beantragt werden)

*Bitte Zeiten aktive bei H.M. Heuck oder M. Richter melden oder ggf. selbst im Kalender aktuell halten.*

## Umkleiden

- Die Umkleiden sind geschlossen.

## Jugendraum

- Der Jugendraum kann ab Stufe 2 nach geltenden Regeln benutzt werden.

**Hallenbelegung und Trainingsplan unter:  
[www.tsv-garbenheim.de](http://www.tsv-garbenheim.de)**