



Übergangsregeln der Abteilung Turnen für Vereinsangebote im Erwachsenenbereich, Eltern-Kind- Turnen und im Kinder- und Jugendturnen

Liebe Teilnehmer,

wir hoffen, dass es Euch allen gut geht und freuen uns, nach dieser langen Pause endlich wieder unseren Sportbetrieb – wenn auch in eingeschränkter Form – aufnehmen zu können! Damit alles reibungslos abläuft, haben wir für Euch dieses Schreiben erstellt. Wir bitten Euch, dieses aufmerksam durchzulesen. Bei Fragen könnt Ihr Euch gerne an die Abteilungsleitung, Petra Heublein oder die Jugendleitung, Grace Asibuo wenden.

Allgemeines:

- Die Umkleiden sowie alle Räume, die nicht dem Trainingsbetrieb dienen, bleiben geschlossen und dürfen nicht betreten werden. Die WCs im Erdgeschoss sind geöffnet und können mit Mund-Nasen-Bedeckung genutzt werden.
- Wir bitten, bereits in Trainingsbekleidung zur Stunde zu erscheinen. Straßenschuhe, Jacken, etc. können im Gang vor der Halle abgelegt werden.
- Der Mindestabstand von 2 Metern zwischen den Teilnehmern ist einzuhalten.
- Es wird je nach Sportstätte empfohlen, pro 20 - 40 qm nicht mehr als einen Teilnehmer/ Eltern-Kind-Einheit zuzulassen. Dies entspricht maximal 19 Teilnehmern (+ 1 Übungsleiter) pro Hallenhälfte.
- Es werden feste Übungsgruppen gebildet. Ein Wechsel zwischen unterschiedlichen Übungsgruppen ist nur nach vorheriger Anmeldung gestattet.
- **Die Gruppeneinteilung erfolgt ebenfalls über eine vorherige Anmeldung für den Kinder- und Jugendbereich per Mail an turnenJL@tsvsolln.de sowie turnenKL@tsvsolln.de, für den Kurs- und den Erwachsenenbereich unter Angabe des Namens und Alter des Kindes/ des Erwachsenen Mitgliedsnummer, gewünschte Stunde und gewünschtem Turnus. Bitte im Betreff den Tag und die Uhrzeit der gewünschten Stunde angeben.**
- Damit so viele Mitglieder im Kinder- und Jugendbereich wie möglich die Chance bekommen, an einer Stunde teilzunehmen, finden die Stunden im wöchentlichen Wechsel (**Gruppe 1:** 15.06. – 19.06. / 29.06. – 03.07. / 13.07. – 17.07. und **Gruppe 2:** 22.06. – 26.06. / 06.07. – 10.07. / 20.07. – 24.07.)
- Die Stunden dürfen nur nach zuvor ausgestelltter Bestätigung besucht werden. Eine Teilnahme ohne Bestätigung ist nicht möglich.
- **Im Erwachsenenbereich erfolgt die Einteilung für die ersten Stunden nach Anfrage über die Turnleitung bzw. Übungsleiter unter: turnen@tsvsolln.de Für die folgenden Stunden übernimmt der Übungsleiter dann die Anmeldungen.**
- Solltet Ihr nicht mehr an einer Stunde teilnehmen können/ wollen, bitten wir Euch, uns rechtzeitig Bescheid zu geben, damit wir den Platz neu vergeben können.

- Die Trainingszeit wird verkürzt auf 45 Minuten. Im Outdoor auf 60 Minuten.
- Nach einer Trainingseinheit müssen die Teilnehmer erst vollständig das Gebäude verlassen haben bevor die neue Trainingsgruppe das Gebäude betreten darf. Dazwischen sollte ein zeitlicher Abstand von mindestens 10 Minuten eingehalten werden. Jede Gruppe betritt 5 Min. später und verlässt 5 Min. früher die Halle als im Belegungsplan eingetragen ist.
- Ein Aufenthalt im Eingangsbereich sowie auf der Tribüne ist nicht gestattet. Teilnehmer kommen möglichst pünktlich zum Kursbeginn (max. 5 Min. früher und verlassen nach Beendigung umgehend die Veranstaltungsstätte. Eltern werden gebeten, vor der Halle zu warten.
- Vor und nach den Übungseinheiten werden von den Teilnehmenden die Hände gewaschen. Die Mitnahme von eigenen, großen Handtüchern wird empfohlen.

Dokumentation:

- Zur Nachverfolgung der Infektionsketten werden Anwesenheitslisten geführt. Die Teilnahme am Training ist mit Angaben von Namen und sicherer Erreichbarkeit (Telefonnummer oder E-Mail-Adresse bzw. Anschrift) und Zeitraum des Aufenthaltes zu dokumentieren.
- Es können nur Personen das Training aufnehmen, die die folgenden Bedingungen erfüllen (gilt für jedes Training):
 - o Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV - Infektion (Husten, Halsweh, Fieber/erhöhte Temperatur ab 38° C, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen Durchfall).
 - o Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen.
 - o In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet worden ist.

Kurs-und Erwachsenen-Turnen:

Zielgruppe sind Erwachsene bis ins hohe Alter – hier ist nicht das Alter entscheidend sondern der Fitnesslevel (die Leistungsfähigkeit).

- Maskenpflicht bis zum Erreichen der Sportveranstaltung.^{[1][SEP]}
- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe.
- Korrekturen zur Übungsausführung durch Trainer*innen erfolgen ausschließlich mündlich.^{[1][SEP]}
- Vor und nach den Übungseinheiten müssen die Teilnehmer sich die Hände waschen. Eigene Handtücher sind umweltfreundlicher und daher ist eine Mitnahme von eigenen Handtüchern grundsätzlich ratsam.
- Die Teilnehmenden bringen ihre **eigene Matte** ggf. ein großes Badetuch mit.
- Auf den Einsatz von Kleingeräten muss verzichtet werden.
- Die Umkleiden bleiben geschlossen.
- In Sportkleidung zum Training gehen.
- Keine Nutzung von Garderoben, Duschen
- Die Outdoor Stunden finden nicht bei Regen oder Gewitter statt.

Eltern-Kind-Turnen:

- Ein Kind und ein Elternteil werden als eine Einheit betrachtet. Es sollte immer der gleiche Elternteil zur Turnstunde erscheinen. Die Kinder werden ausschließlich durch ihre Eltern (max. eine Person) betreut.
- Eltern haben aufgrund der Abstands- und Kontaktregelungen eine intensivere Betreuungsrolle. Daher ist es nicht möglich, Begleitkinder (Geschwisterkinder) zum Eltern-Kind-Turnen mitzubringen.
- Die Übungsleitung gibt keine Hilfestellung, sondern lediglich mündliche Anweisungen. Notwendige Hilfestellungen müssen von den jeweiligen Eltern erfolgen.
- Kleingeräte werden nach Absprache mit dem Übungsleiter von zu Hause mitgebracht (überwiegend Alltagsmaterialien).
- Eltern sind verpflichtet, einen Nasen-Mundschutz tragen. Kinder dürfen aus Sicherheitsgründen keinen Nasen-Mundschutz tragen.
- Eltern werden gebeten, Kinderwägen, Roller oder Laufräder Zuhause zu lassen.

Kinder- und Jugendturnen:

- Kinder kommen bereits mit Sportzeug bekleidet zur Übungsstunde.
- Eltern kommen mit ihrem Kind allein und bilden mit anderen Familien keine Fahrgemeinschaften.
- Kinder nehmen allein ohne Eltern am Training teil.
- Vor und nach den Übungseinheiten werden von den Teilnehmenden die Hände gewaschen. Eigene Handtücher sind umweltfreundlicher und daher ist eine Mitnahme von eigen Handtücher grundsätzlich ratsam.
- Kinder tragen ebenfalls einen Nasen-Mundschutz, beim Turnen am Gerät ohne Hilfestellung wird der Nasen-Mundschutz abgenommen.
- Kinder und Übungsleitungen bringen ein eigenes kleines Handtuch zum Ab- wischen von Schweiß mit.
- Keine Partnerübungen im Kinder- und Jugendturnen.
- Kein Helfen und Sichern durch Übungsleitung.
- Kein Handschlag oder sonstiger Körperkontakt zur Begrüßung und Verabschiedung.

Hinweis: Ein Verstoß gegen oben genannte Regeln führt zum Ausschluss aus der Stunde.

Vielen Dank für Euer Verständnis und wir freuen uns auf ein Wiedersehen!

Eure Turnabteilung des TSV Solln