



Konzept zur Wiederaufnahme des Kurses Wirbelsäulengymnastik beim SV Gronau

Grundsätzlich:

Der Kurs Wirbelsäulengymnastik gehört zu den kontaktlosen Sportarten.

Solange die Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Epidemie gelten, ist jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer verpflichtet, benötigtes Material, wie z.B. die Gymnastikmatte, selbst mitzubringen.

Der Kurs findet vornehmlich im Freien statt.

Unsere nachfolgenden Regeln folgen den Regeln der Öffnung der Sportanlagen in Bad Vilbel, den 10 Leitplanken des DOSB und den Handlungsempfehlungen zur Ausübung des Hallensportes.

Die nachstehenden Standards des Kursgeschehens folgen den Regeln zur Öffnung der Sportanlagen in Bad Vilbel:

- ausreichend großer Personenabstand (1,5 – 2 Meter)
- ausreichende Belüftung während der Sportausübung in der Halle. Alle Fenster sind während des Trainings geöffnet.
- Durchführung erforderlicher Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen, vor Beginn und nach Beendigung der Trainingseinheit
- Dokumentation der konkret durchgeführten Kurse durch Übungsleiter und TeilnehmerInnen, um Ansteckungsmöglichkeiten und Kontakte in Infektionsfällen nachvollziehen zu können.
- Zeiten für Kommen und Gehen sind vorab so zu regeln, dass keine Kreuzungen mit anderen Kursen oder Vereinen stattfinden.

Untersagt sind:

- Begrüßungen und Verabschiedungen mit Körperkontakt bzw. körperlicher Nähe
- Benutzung von Umkleiden und Duschen
- Zuschauer
- Begleitende ‚Gastronomie‘, Gemeinschaftsverpflegung oder sonstiges geselliges „Ausklingen“ lassen
- Aufenthalt von Personen in den Sportstätten, die Krankheitssymptome aufweisen oder in Kontakt zu infizierten Personen stehen oder in den vorhergehenden 14 Tagen Kontakt mit infizierten Personen hatten.

Die TeilnehmerInnen:

- sorgen für erforderliche eigene persönliche Hygiene und Desinfektion gemäß den Empfehlungen des RKI
- bringen obligatorisch eigenes Unterrichtsmaterial mit, z.B. die Gymnastikmatte (s.o.) und ein frisches Handtuch.
- bestätigen vor der Sportausübung, dass sie die Inhalte dieses Merkblattes gelesen und verstanden haben und umsetzen werden.

- Bestätigen, dass der Verein keine Haftung für Zuwiderhandlungen einzelner Personen gegen die Regelungen übernimmt
- betreten und verlassen die Halle ohne Grüppchenbildung.

Worauf ich nicht einwirken kann, bitte aber dennoch dringend darum es zu unterlassen, weil es die Ausbreitung des Corona-Virus begünstigen könnte, z.B.:

- die Bildung von Fahrgemeinschaften von/zum Training
- Bildung von Gruppen nach der Trainingsstunde