



Teilweise Wiederaufnahme des Sportbetriebs

Regeln für das Training auf den Freiluftsportanlagen des 1. FC Normannia Gmünd

(Stand 14.05.2020)

Die Verbreitung des Corona-Virus in Deutschland hat seit Mitte März dazu geführt, dass Bund und Länder einschneidende Beschränkungen im Alltagsleben von uns allen verfügen und durchsetzen mussten. Diese hatten auch eine komplette Einstellung unseres Sportbetriebs zu Folge. Ziele sind dabei, Menschen vor einer Infektion mit dem Corona-Virus zu schützen und gleichzeitig Sorge dafür zu tragen, dass das Gesundheitssystem in Folge einer sprunghaften Ausweitung der Infektionen nicht überlastet wird. Diesen Zielen bleiben auch wir als 1. FC Normannia Gmünd weiterhin verpflichtet.

Mit der Entscheidung der Bundes- und Landesregierung vom 06. Mai 2020 und den damit verbundenen Lockerungen der Maßnahmen zur Eindämmung der COVID19- Epidemie, sind seit Montag den 11. Mai 2020 Freiluft-Sportanlagen für Sportaktivitäten ohne Körperkontakt unter strengen Auflagen wieder geöffnet. Auch wir vom 1. FC Normannia Gmünd wollen die Außenanlagen im Schwerzer und im Schießtal wieder öffnen.

Grundlage dafür sind die 8. Änderung der Corona VO und die dazu notwendigen konzeptionellen Vorgaben. Der Outdoor-Trainingsbetrieb kann ermöglicht werden und muss im engen Austausch mit dem Vereins- und JugendleitungHauptverein organisiert und abgestimmt werden. Keiner von uns in der Verantwortung stehenden Personen ist gerne „Wächter oder gar Corona-Polizist“. Wir setzen klar auf die Eigenverantwortung.

Im Folgenden findet ihr die Auflagen, die zwingend einzuhalten sind.

Ausdrücklich weisen wir alle auf die große Verantwortung hin, die wir damit übernehmen. Für uns im Sport sind Spielregeln zwingend notwendig. Halten wir uns dran. Sonst bleibt uns nur die „Rote Karte“. Bei Zuwiderhandlung sehen wir uns gezwungen Sportler*innen vom Sportbetrieb auszuschließen.

Schwarze Schrift

Quelle: Website des Staatsministeriums Baden- Württemberg 2020 05 09

Rote Schrift

Notwendige Ergänzungen des 1. FC Normannia Gmünd



Breiten- und Leistungssport im Freien

Breiten- und Leistungssport ist im Freien und unter strengen Infektionsschutzvorgaben ab 11. Mai wieder möglich

Welche generellen Auflagen gelten für den Sport im Freien?

Der Betrieb von Freiluftsportanlagen zu Trainings- und Übungszwecken ist ab 11. Mai 2020 unter Auflagen wieder gestattet. Insofern können alle Sportarten Trainings- und Übungsangebote machen, die an der frischen Luft diese Auflagen umsetzen können. Daher können grundsätzlich alle Sportvereine durch entsprechende Angebote ab 11. Mai 2020 ihre Mitglieder wieder ansprechen.

Die Auflagen

1. Während der gesamten Trainings- und Übungseinheiten muss ein Abstand von mindestens eineinhalb Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen durchgängig eingehalten werden; ein Training von Sport- und Spielsituationen, in denen ein direkter körperlicher Kontakt erforderlich oder möglich ist, ist untersagt.

- Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft ventiliert wird, sind mindestens zwei (bis vier Meter) Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten. Dies bitte zwingend in der Trainingsplanung und im Trainingsbetrieb berücksichtigen.
- Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen muss unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen - ebenso das Verlassen der Sportanlage (Beschilderung beachten!). Zur Vermeidung von Stau auch die Eltern darauf hinweisen, dass für Ein- und Aussteigen die Parkplätze genutzt werden sollten wie in den Plänen im Anhang eingezeichnet.
- Vorbereitete Distanzmarkierungen auf den Sportplätzen müssen unbedingt beachtet werden.
- Bei Gruppenwechsel ist genügend Zeit einzuplanen, sodass sich die Gruppen nicht treffen.

2. Trainings- und Übungseinheiten dürfen ausschließlich individuell oder in Gruppen von maximal fünf Personen erfolgen; bei größeren Trainingsflächen wie etwa Fußballfeldern, Golfplätzen oder Leichtathletikanlagen ist jeweils eine Trainings- und Übungsgruppe von maximal fünf Personen pro Trainingsfläche von 1000 Quadratmetern zulässig.

- Ein Großspielfeld misst zwischen (90 bis 110 Metern) x (45 bis 60 Meter); ergibt eine Fläche von ca. 4050 bis 9900 m² - je nach Größe;



- Beispiel: Sportplatz mit (Außenmaße) $100 \times 60 = 6000 \text{ m}^2 = 6 \text{ Segmente} = 6 \times 5 \text{ Personen}$
- Auswirkung: Das heißt der Sportplatz muss in 1000 m^2 Segmenten eingeteilt werden. Anders gesagt: Die Ministerien wollen vermeiden, dass es große „Versammlungen“ gibt!

3. Die benutzten Sport- und Trainingsgeräte müssen nach der Benutzung sorgfältig gereinigt und desinfiziert werden.

- Wenn ein Trainer*in Hilfsmittel wie Hütchen, Reifen etc. nutzt, dürfen diese nur vom Trainer*in berührt werden. Nach der Benutzung müssen diese Hilfsgeräte gereinigt werden.
- Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten sind besonders konsequent einzuhalten.

4. Kontakte außerhalb der Trainings- und Übungszeiten sind auf ein Mindestmaß zu beschränken, dabei ist die Einhaltung eines Sicherheitsabstands von mindestens eineinhalb Metern zu gewährleisten; falls Toiletten die Einhaltung dieses Sicherheitsabstands nicht zulassen, sind sie zeitlich versetzt zu betreten und zu verlassen.

5. Die Sportlerinnen und Sportler müssen sich bereits außerhalb der Sportanlage umziehen; Umkleiden und Sanitärräume, insbesondere Duschräume, bleiben mit Ausnahme der Toiletten geschlossen.

6. In den Toiletten ist ein Hinweis auf gründliches Händewaschen anzubringen; es ist darauf zu achten, dass ausreichend Hygienemittel wie Seife und Einmalhandtücher zu Verfügung stehen; sofern diese nicht gewährleistet sind, müssen Handdesinfektionsmittel zur Verfügung gestellt werden.

- Bitte unbedingt vor und nach dem Training Hände waschen mit Handseife. Vor jedem Training ist zu prüfen, ob Seife und Einmalhandtücher vorhanden sind.
- An allen Sportstätten steht Desinfektionsmittel zur Verfügung

Für jede Trainings- und Übungsmaßnahme ist eine verantwortliche Person zu benennen, die für die Einhaltung der genannten Auflagen verantwortlich ist. Die Namen aller Trainings- bzw. Übungsteilnehmerinnen und -teilnehmer sowie der Name der verantwortlichen Person sind in jedem Einzelfall zu dokumentieren.



Trainingsgruppen verkleinern und dokumentieren

- Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (bis zu fünf Personen), die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert.
- Das Training ist mit mehreren kleinen Gruppen zeitgleich organisierbar.
- Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten sind in jedem Training zu führen (siehe Anlage Trainingsnachweis).

Von der Teilnahme am Trainings- und Übungsbetrieb ausgeschlossen sind Personen, die in Kontakt zu einer infizierten Person stehen oder standen, wenn seit dem Kontakt mit einer infizierten Person noch nicht 14 Tage vergangen sind, oder die Symptome eines Atemwegsinfekts oder erhöhte Temperatur aufweisen.

Gibt es eine Liste der erlaubten Sportarten?

Hier ist es nicht möglich eine abschließende Liste zu erstellen. Erlaubt ist, was die generellen Auflagen für den Sport im Freien einhalten kann.

Dürfen Sportplätze benutzt werden?

Sportplätze können, sofern die Auflagen eingehalten werden, für den Trainings- und Übungsbetrieb genutzt werden.

Was ist mit Yoga, Qi Gong, Fitnesstraining etc.?

Das ist im Freien wieder möglich, sofern die Auflagen eingehalten werden. Dazu gehört auch hier die Benennung einer verantwortlichen Person und einer Dokumentation der Teilnehmer. Ein Training von Sport- und Spielsituationen oder Übungen, in denen ein direkter körperlicher Kontakt erforderlich oder möglich ist, ist nicht erlaubt, etwa kleine Spiele und Staffeln, Trainingsspiele, Zweikampftraining oder Acroyoga. Gut umsetzbar ist aber Konditions-, Koordinations- und Techniktraining.

Training unter Ausschluss der Öffentlichkeit

- Für Personen außerhalb der jeweiligen Trainingsgruppe/ Trainerstab ist das Betreten der Freiluftsportanlage weiterhin verboten.
- Für den Trainingsbetrieb werden keine Zuschauer zugelassen. Bitte die Eltern entsprechend informieren.

Mund-Nasenschutz empfohlen

- Der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken und Handschuhen kann das Infektionsrisiko für die Mitmenschen reduzieren. Wir empfehlen auf dem Vereinsgelände das Tragen einer entsprechenden Maske.
- Während des Trainings kann der Trainierende in bei ausreichendem Abstand seine/ihre Maske ablegen.
- Bei hohen aeroben Belastungen sollte von einer Maske abgesehen werden, da bei



einer Durchfeuchtung der Mund-Nasenschutz seine Wirkung verliert.

- Für alle Trainer/-innen herrscht, außerhalb einer eigenen sportlichen Aktivität, auf dem Vereinsgelände eine Maskenpflicht. Damit schützt ihr eure Sportler vor euch als Bindeglied zwischen den Trainingsgruppen. Trainer/-innen gelten als Risiküberträger, da sie mit vielen Sportlern in Kontakt kommen.

Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

- Wir bitten keine Fahrgemeinschaften für die Fahrt zum Training zu bilden.
- In größeren Gruppen, z.B. in Minivans zu kommen, ist nicht gut für die Sicherheit. Daher ist die Benutzung unserer Vereinsbusse nicht möglich.

Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen

- Die Nutzung von Umkleiden und Duschen bleibt an allen Standorten vorerst ausgesetzt.
- Bekleidungswechsel, Körperpflege und die Nutzung der Nassbereiche durch die Sporttreibenden können nicht in der Sportstätte stattfinden. Geduscht werden muss Zuhause.

Schlussbemerkung:

- Trainer/-innen von Kinderangeboten betreuen bitte keine weiteren Angebote für Risikogruppen, z. B. Sport mit Älteren.
- Wir empfehlen für das Training mit Kindern, sich an den landesweiten Vorgaben für Schulen und KiTas zu orientieren.

Wir versuchen mit diesem Konzept alle Ge- und Verbote der Corona-Verordnung BW zu beachten. Es liegt an uns allen, dass wir uns an die Vorgaben halten und kein Risiko eingehen.

Anlagen

Trainingsnachweis

Schematische Darstellung der Sportanlagen



1. FC Normannia Gmünd

1904 e.V.

Schwerzer



Eingang/
Ausgang
Stadion



Sanitärbereich
Stadion



1. FC Normannia Gmünd

1904 e.V.

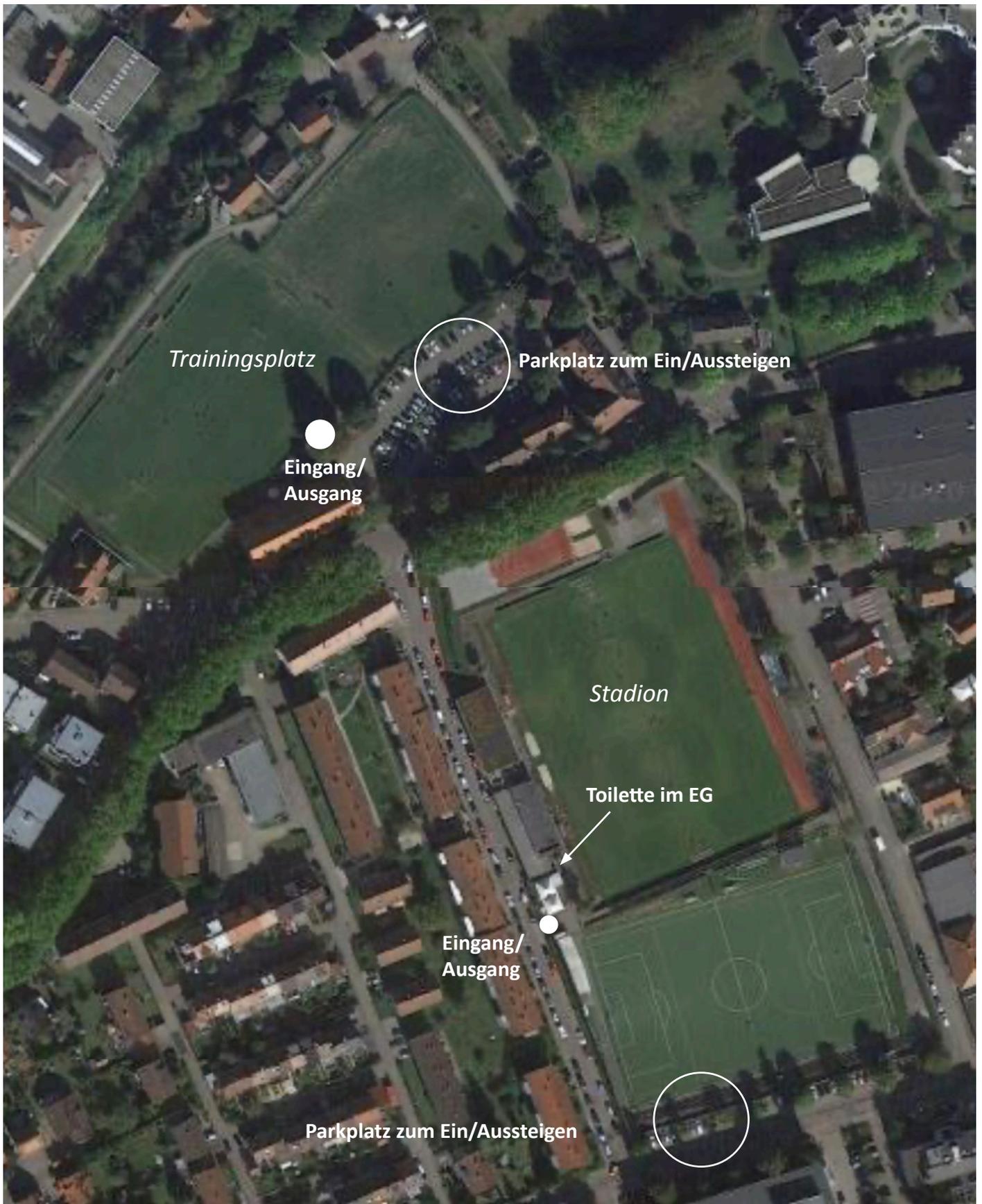


Eingang/Ausgang
Trainingsplatz



1. FC Normannia Gmünd

1904 e.V.



Lageplan Schwerzer



1. FC Normannia Gmünd

1904 e.V.

Schießtal



*Eingang/
Ausgang
Sportgelände*



Sanitärbereich UG



1. FC Normannia Gmünd

1904 e.V.



Lageplan Schießtal