



Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.

- ◇ BASKETBALL ◇ GERÄTTURNEN ◇ GYMNASTIK ◇ HANDBALL ◇
- ◇ LEICHTATHLETIK ◇ TGW / TGM ◇ TISCHTENNIS ◇ VOLLEYBALL ◇
- ◇ WANDERN ◇ WALKEN ◇ YOGA ◇



Maßnahmen zur Wiederaufnahme des Sportbetriebes der TG Voerde

1. Hygienekonzept TG Voerde

Allgemeine Hygiene- und Verfahrensmaßnahmen:

1. Der Reinigungs- und Desinfektionsplan des Vereins ist aktualisiert, erweitert und neu beschlossen. Siehe Anlage.
2. Folgende Hygieneausrüstung liegt in ausreichendem Umfang vor. Bei kommunalen Sportstätten liegt die Verantwortung beim Träger (Stadt Ennepetal, Ennepe Ruhr Kreis):
 - Flächendesinfektionsmittel
 - Händedesinfektionsmittel mit Spender
 - Flüssigseife mit Spendern
 - Papierhandtücher
 - Die Erste-Hilfe-Ausstattung ist auf Vollständigkeit überprüft und um Mund-Nasen-Schutzmasken und Einweghandschuhe erweitert
3. Sämtliche Hygienemaßnahmen und neuen Regelungen sind an alle Mitglieder, Teilnehmende, Übungsleiter /Trainer und Mitarbeiter kommuniziert:
 - per E-Mail
 - über die Website und die Social-Media-Kanäle
 - per Aushang an den Sportstätten
4. Anwesenheitslisten für Trainingseinheiten und Sportkurse sind vorbereitet, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können. Siehe Anlage 2
5. Es ist ein Beauftragter im Hygieneplan benannt, um die Einhaltung der Maßnahmen laufend zu überprüfen.
Für das Gesamtkonzept ist der geschäftsführende Vorstand verantwortlich, hier insbesondere Dr. med. Tillmann Rümenapf als Verantwortlicher.
Für die Übungseinheiten ist der Übungsleiter verantwortlich.

Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.
Loherstraße 146
58256 Ennepetal

Email: info@tgvoerde.de
Internet: www.tgvoerde.de

Eingetragener Verein im
Vereinsregister des Amtsgerichts
Hagen unter der Nummer 10066

Vorstand:
Andrea Schilken
Lotta Hakenberg
Volker Külpmann
Dr. med. Tillmann Rümenapf

Steuer-Nr.: 341/5768/0127
Finanzamt Schwelm

Bankverbindung:
Sparkasse Ennepetal Breckerfeld
IBAN: DE47 45451060 000 1901602
BIC: WELADED1ENE

Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.

Nutzung der Sportstätten:

TG Voerde Halle Loher Straße

1. Der Eintritt in die Sportstätte erfolgt nacheinander und mit Mindestabstand von 1,5 m. Der Ausgang für die Turnhalle erfolgt durch das Treppenhaus auf die Loher Straße. Der Ausgang für die Nutzer der Gymnastikhalle erfolgt über den Notausgang zum Parkplatz.
2. Bereitstellung von Handdesinfektionsmittel jeweils vor Eintritt in die Sporträume der großen Halle als auch in die Gymnastikhalle,
3. Bereitstellung von Handseife, Handtuchpapier in den Waschräumen und WCs.
4. Bereitstellen von Einweghandschuhen, Flächendesinfektion und Handdesinfektion für die Übungsleiter im Geräteraum.
5. Vorbereitete Umgebung und Platzanweisung durch den Übungsleiter (vor und nach Gebrauch wird genutztes Material desinfiziert)
6. Stühle stehen in der Halle am Rand für Taschen und Kleidung, diese werden personalisiert.
7. Keine Getränkeausgabe
8. Die Umkleiden und Duschen sind gesperrt
9. Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes vor und nach der Sporteinheit ist Pflicht
10. Die Halle wird während des gesamten Trainings gelüftet.
11. Maximal 24 Teilnehmer und 1 Übungsleiter*in für Gymnastik mit Matten.
12. Der Mindestabstand der Teilnehmer untereinander beträgt mindestens 2 Meter. Pro 10m² Trainingsfläche darf maximal eine Person teilnehmen (Hallengröße ca. 360m²).
13. Direkt nach Beendigung des Sportangebotes muss die Sportanlage verlassen werden (kein gemeinsamer Getränke- oder Speisenverzehr, kein Duschen) .
14. Es muss eine Wechsellpause zwischen den Gruppen von mind. 10 Minuten erfolgen.

Dorma Sportplatz für die Nutzung der TG Voerde

1. Der Eintritt auf das Sportgelände erfolgt nacheinander und mit Mindestabstand von 1,5 m.
2. Bereitstellung von Handseife, Handtuchpapier, Flächendesinfektion und Handdesinfektion in den Waschräumen und WCs erfolgt durch den Träger.
3. Vorbereitete Umgebung und Platzanweisung durch den Übungsleiter (vor und nach Gebrauch wird genutztes Material gereinigt und desinfiziert).
4. Keine gemeinsamen Trinkpausen.
5. Die Duschen und Umkleiden sind gesperrt
6. Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes vor und nach der Sporteinheit ist Pflicht
7. Sportarten, bei denen Körperkontakt nötig ist, müssen ein alternatives und kontaktloses Trainingsprogramm anbieten, ansonsten dürfen sie nicht stattfinden.
8. Direkt nach Beendigung des Sportprogrammes muss das Sportgelände wieder verlassen werden.

Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.

Turnhalle Grundschule Voerde Bussardweg und der Dreifachsporthalle des RGE

1. Der Eintritt in die Sportstätte erfolgt nacheinander und mit Mindestabstand von 1,5 m.
2. Für die Halle Bussardweg gilt: Der Eingang erfolgt über das Treppenhaus, der Ausgang über den Nebeneingang zum Parkplatz.
Für die Dreifachhalle des RGE gilt: Der Eingang erfolgt durch eine Umkleidekabine, welche nur hierfür genutzt wird, der Ausgang durch den Zuschauereingang.
3. Die Bereitstellung von Handdesinfektionsmittel zur Handdesinfektion vor Eintritt in die Sportstätte erfolgt durch Träger.
4. Bereitstellung von Handseife, Handtuchpapier, Flächendesinfektion und Handdesinfektion in den Waschräumen und WCs erfolgt durch den Träger.
9. Vorbereitete Umgebung und Platzanweisung durch den Übungsleiter (vor und nach Gebrauch wird genutztes Material gereinigt und desinfiziert).
5. Keine gemeinsamen Trinkpausen
6. Die Duschen und Umkleiden sind gesperrt.
7. Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes vor und nach der Sporteinheit ist Pflicht
8. Der Abstand der Teilnehmer untereinander beträgt mindestens 2 Meter. Pro 10m² Trainingsfläche darf maximal eine Person teilnehmen.
9. Sportarten, bei denen Körperkontakt nötig ist, müssen ein alternatives und kontaktloses Trainingsprogramm anbieten, ansonsten dürfen sie nicht stattfinden.
10. Direkt nach Beendigung des Sportprogrammes muss die Sporthalle wieder verlassen werden.

In allen anderen Sporträumen in kommunaler Trägerschaft gibt der Träger durch eindeutige Markierungen die Ein- und Ausgänge vor. Die Punkte 3-10 gelten analog zur Turnhalle Grundschule Voerde und Dreifachhalle des RGE für jeden anderen Standort.

Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.

Besonderheit Kinderturnen

Zu den bisherigen Maßnahmen gelten für das Kinderturnen zusätzliche Maßnahmen. Das Kinderturnen wird in folgende altersspezifische Angebote unterteilt:

1. Eltern-Kind-Turnen (Kleinkinder 0 – 3 Jahre)
2. Kleinkinderturnen (Kleinkinder 3 – 5 Jahre)
3. Kinderturnen (Kinder 5 – 18 Jahre) Die Trainingszeiten der einzelnen Gruppen /Altersstufen stehen in der Vereinszeitung

Distanzregeln

1. Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft und diese weitreichender in den Raum hinein ventiliert wird, sind in Hallen 2 bis 4 Meter Abstand zu anderen Personen einzuhalten.
2. Bei Gruppenwechsel genügend Zeit einplanen, sodass sich Gruppen nicht begegnen.

Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

1. Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.
2. Beim Eltern-Kind-Turnen bewegen sich die Kinder bereits eigenständig und werden ausschließlich durch ein Elternteil betreut.
3. Beim Kinder- oder Gerätturnen nehmen die Kinder ohne Eltern teil. Eltern betreten die Halle nicht.
4. Nur moderate Aktivitäten und beherrschte Elemente.
5. Kein Helfen und Sichern durch Übungsleitung und Mittrainierende. Hilfeleistung ist zum Schutz von Kindern im Ausnahmefall gestattet, damit sie nicht zu Schaden kommen.

Freiluftaktivitäten präferieren

1. Sport und Bewegung an der frischen Luft ist dem Hallentraining vorzuziehen.
2. Beim Training in der Halle wird diese permanent gelüftet.
3. In der Halle wird mit Stationen gearbeitet. Die Stationen sind so ausgestattet, dass kein Wechsel erfolgen muss. Kleingeräte werden von den Kindern mitgebracht. Es sollten überwiegend Alltagsmaterialien und keine Kleingeräte (Bälle, Seile, Kegel, etc.) aus der Halle verwendet werden. Es gelten die allgemeinen Distanzregeln

Hygieneregeln einhalten

1. Die Übungsleitungen sollten einen Nasen-Mundschutz tragen.
2. Das begleitende Elternteil muss einen Nasen-Mundschutz tragen.
3. Die Zugänge zu WC und Waschmöglichkeiten sind sicherzustellen.
4. Kinder kommen bereits mit Sportzeug bekleidet in die Übungsstunde.
5. Kinder mit längeren Haaren kommen mit zusammengebundenen Haaren, so dass auch für sie selbst keine Notwendigkeit besteht, sich ins Gesicht zu fassen.
6. Eltern kommen passend zum Kursbeginn (max. 5 min früher).
7. Es sind feste Übungsgruppen zu bilden. Ein Wechsel zwischen unterschiedlichen Übungsgruppen ist nicht zulässig.

Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.

Trainings- und Kursbetrieb Maßnahmenkatalog:

Generell sind alle Sport- und Bewegungsangebote des Vereins bzgl. ihrer Durchführbarkeit im Sinne der Einhaltung der Regeln zum Infektionsschutz zu prüfen. Sportartspezifische Vorgaben sind in den Übergangsregeln der Spitzensportverbände geregelt und sollten vor der Wiedereröffnung des Trainingsbetriebs in der jeweiligen Sportart herangezogen werden. Darüber hinaus gibt es einen gesonderten Leitfaden für Trainer und Übungsleiter.

Information für die Übungsleiter

Vorbereitete Trainingsfläche:

1. Die Übungsleiter und Trainer bereiten die Halle für die Stunde vor
2. Die Teilnehmer erhalten Plätze, bzw. Trainingsflächen zugewiesen oder gekennzeichnet
3. Material, welches gestellt wird, muss vorab desinfiziert werden
4. Keine gemeinsamen Trinkpausen (die Sportler nehmen Getränke mit an den Platz)
5. Der Abstand der Teilnehmer beträgt mindestens 2 Meter. Pro 10m² Trainingsfläche darf maximal eine Person teilnehmen.
6. Nach der Einheit werden alle benutzten Materialien desinfiziert.

Die Teilnehmer bringen ihr Material selbst mit:

1. die Teilnehmer bringen ihre eigenen Materialien mit, wie Bälle, Pumpen, Yogamatten, etc.
2. Die Teilnehmer sind für die Pflege und Desinfektion der Materialien selbst verantwortlich und dürfen diese nicht an andere Teilnehmer abgeben.

Kein Kontaktsport / Kontaktverbot:

1. Alle Sportarten, die üblicherweise Körperkontakt unabdingbar machen (Handball, Basketball, Volleyball, Faustball, Fußball, Wettkampfturnen) dürfen nur alternatives Training anbieten.
Beispiel: Zirkeltraining, Laufen, Walking, Athletiktraining, Krafttraining, Einzeltraining am Ball, etc.
2. Sportgruppen, die diese Vorgaben nicht erfüllen können, bleiben vom Trainingsbetrieb ausgeschlossen.

■Die Spiel-, Liga- sowie Wettkampfbetriebe sind weiterhin eingestellt.

Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.

Checkliste

1. Trainer und Übungsleiter wurden in die Hygienebestimmungen des Vereins eingewiesen und haben deren Kenntnisnahme schriftlich bestätigt.
2. Den Trainern und Übungsleiter*innen werden notwendige Materialien zur Einhaltung der Hygienevorschriften (z. B. Mund-Nasen-Schutz, Maßband/Zollstock, Stift) einmal zur Verfügung gestellt.
3. Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben angepasst.
4. Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung zur Sporteinheit mit seiner Unterschrift schriftlich bestätigen:
 - Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
 - Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
5. Vor und nach der Sporteinheit muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
6. Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten.
7. Händewaschregeln sind ausgehängt.
8. Zwischen den Sporteinheiten ist eine Pause von mindestens 15 Minuten.
9. Trainer und Übungsleiter und Teilnehmende reisen individuell und bereits in Sportbekleidung zur Sporteinheit an.
10. Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.
11. Gästen und Zuschauern ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet.
12. Trainer und Übungsleiter sorgen für Anwesenheitslisten, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
13. Trainer und Übungsleiter desinfizieren vor und nach der Nutzung sämtliche bereitgestellten Sportgeräte. Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.
14. Es werden bevorzugt Materialien von den Teilnehmern mitgebracht. Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte (z. B. Yogamatten) mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
15. Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet.
16. Die Umkleieräume sind geschlossen; Teilnehmer müssen umgezogen in die Halle kommen.
17. Trainer und Übungsleiter weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit individuelle Trainings- und Pausenflächen zu. Ein Verletzungsrisiko ist zu minimieren.
18. Trainer und Übungsleiter sorgen dafür, dass der Mindestabstand von 2 Metern während der gesamten Sporteinheit eingehalten wird.
19. Sämtliche Körperkontakte müssen vor, während und nach der Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen sowie Partnerübungen.
20. Sportarten mit Körperkontakt und Mannschaftssportarten dürfen nur über ein Alternativ- oder Individualprogramm betrieben werden.
21. Im Falle eines Unfalls/Verletzung sollten sowohl der Ersthelfer als auch der Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Im Falle einer Wiederbelebung wird der Mund der wiederzubelebenden Person mit einem Tuch bedeckt, die Herzdruck-Massage durchgeführt und auf die Beatmung verzichtet.
22. Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporteinheit.

Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.

Anhang

1. Hygieneplan

Reinigungs- und Desinfektionsplan TG Voerde Halle Loher Straße 146

	Zeit	Reinigung	Wer reinigt
Montag	Morgens	Grundreinigung der Turnhalle und Sanitäranlagen nass inkl. Desinfektion	Hausmeister
	Nach jedem Training /	Desinfektion des benutzen Equipment mit Flächendesinfektionsmittel	Übungsleiter der jeweiligen Einheit
Dienstag	Morgens	Nassreinigung/Desinfektion der Halle und sanitären Anlagen	Hausmeister
	Nach jedem Training /	Desinfektion des benutzen Equipment mit Flächendesinfektionsmittel	Übungsleiter der jeweiligen Einheit
Mittwoch	Morgens	Nassreinigung/Desinfektion der Halle und sanitären Anlagen	Hausmeister
	Nach jedem Training /	Desinfektion des benutzen Equipment mit Flächendesinfektionsmittel	Übungsleiter der jeweiligen Einheit
Donnerstag	Morgens	Nassreinigung/Desinfektion der Halle und sanitären Anlagen	Hausmeister
	Nach jedem Training /	Desinfektion des benutzen Equipment mit Flächendesinfektionsmittel	Übungsleiter der jeweiligen Einheit
Freitag	Morgens	Nassreinigung/Desinfektion der Halle und sanitären Anlagen	Hausmeister
	Nach jedem Training /	Desinfektion des benutzen Equipment mit Flächendesinfektionsmittel	Übungsleiter der jeweiligen Einheit
Samstag		Thermische Desinfektion aller Wasserleitungen	Hausmeister

Der Einkauf der Hygieneartikel wird von Dr. med. Tillmann Rümenapf organisiert.

- Flächendesinfektionsmittel
- Händedesinfektionsmittel mit Spender
- Einmalhandschuhe
- Mund-/Nasen-Schutz (für Trainer und Übungsleiter)

Folgende Artikel werden wie bisher von Ralf Jandt, Hausmeister, beschafft.

- Flüssigseife mit Spendern
- Papierhandtücher

Für die Einhaltung der Maßnahmen sind die jeweiligen Übungsleiter während des Sportbetriebes zuständig. Zur laufenden Überprüfung der Maßnahmen in der Sporthalle Loher Straße ist vom Vorstand Dr. med. Tillmann Rümenapf verantwortlich.

Turngemeinde Voerde von 1862 e.V.

- ◇ BASKETBALL ◇ GERÄTTURNEN ◇ GYMNASTIK ◇ HANDBALL ◇
 ◇ LEICHTATHLETIK ◇ TGW / TGM ◇ TISCHTENNIS ◇ VOLLEYBALL ◇
 ◇ WANDERN ◇ WALKEN ◇ YOGA ◇

2. Anwesenheitsliste

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Trainingseinheit:

- Selbstverständlichkeit: Nur, wer in eigener Selbstbeurteilung sich gesund fühlt, vollständig frei von Corona Virus-Symptomen ist und in den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu einem Corona Infizierten hatte, darf am Training teilnehmen.
- Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, Hände waschen, Handdesinfektion) und das Tragen einer Maske vor u. nach der Sporthalle werden eingehalten
- Die Teilnahme am Training erfolgt auf eigene Verantwortung.

Datum	Name, Vorname	Telefon	E-Mail Adresse	Unterschrift
Übungsleiter				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

Wichtig: Die Spalten unbedingt immer komplett ausfüllen.
 Wenn möglich, einen eigenen Stift benutzen, ansonsten den Stift vor der Weitergabe desinfizieren.

- ◇ BASKETBALL ◇ GERÄTTURNEN ◇ GYMNASTIK ◇ HANDBALL ◇
◇ LEICHTATHLETIK ◇ TGW / TGM ◇ TISCHTENNIS ◇ VOLLEYBALL ◇
◇ WANDERN ◇ WALKEN ◇ YOGA ◇

Die zehn Leitplanken des DOSB

1. **Distanzregeln einhalten**

Ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen.

2. **Körperkontakte auf das Minimum reduzieren**

Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z. B. in Spielsportarten, sollte unterbleiben oder auf ein Minimum reduziert werden. In Zweikampfsportarten kann ggf. nur Individualtraining stattfinden.

3. **Freiluftaktivitäten präferieren**

Sport und Bewegung an der frischen Luft erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, wenn möglich, auch von traditionellen Hallensportarten im Freien durchgeführt werden.

4. **Hygieneregeln einhalten**

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. In einigen Sportarten kann ggf. sogar der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken erwogen werden.

5. **Umkleiden und Duschen zu Hause**

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird ausgesetzt.

6. **Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen**

In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans.

7. **Veranstaltungen wie Mitgliederversammlungen und Feste unterlassen**

Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Die Bundesregierung hat es Vereinen kurzfristig gestattet, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen.

8. **Trainingsgruppen verkleinern**

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.

9. **Angehörige von Risikogruppen besonders schützen**

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

10. **Risiken in allen Bereichen minimieren**

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.