

Hygiene- und Sicherheitskonzept des ambulanten Rehabilitationssport des Dünnwalder Turnverein 1905 e.V.

1. Die Betreuung der Rehasportgruppen in der Halle erfolgt durch dafür qualifizierte Übungsleiter (und Ärzte im Falle des Herzsportes), welche in der geforderten Anzahl pro Gruppe anwesend sind.
2. Alle Trainer*innen und Betreuer*innen sind in die Vorgaben zum Sportbetrieb und die Maßnahmen des Vereins eingewiesen.
3. Trainer*innen und Betreuer informieren die Teilnehmer über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften.
4. Vor der ersten Teilnahme geben die Teilnehmer die beigefügte Einverständniserklärung ab.
5. Die Trainingszeiten sind so zu organisieren, dass ein Aufeinandertreffen mehrerer Gruppen bestmöglich vermieden wird.
6. Die Trainingsbeteiligung wird in der RehaFit-Software am selben Tag nach der Stunde dokumentiert sowie in einer Anwesenheitsliste beim Übungsleiter zusätzlich vor Ort eingetragen.
7. Die Umkleidekabinen sind verschlossen.
8. Der Zugang zu Toiletten sowie Waschbecken mit Seife ist vorhanden.
9. Die Erste-Hilfe-Ausstattung ist auf Vollständigkeit überprüft und um Mund-Nasen-Schutzmasken und Einweghandschuhe erweitert.
10. Fahrgemeinschaften sind untersagt.
11. Der Coronabeauftragte im Verein ist Peter Bellinghausen und ist unter 0221-638566 zu erreichen bei allen Fragen und Sorgen sowie Anregungen.

Vor der Sportstunde

- Verwendete Materialien (z.B. Hocker, Gymnastikbälle) müssen vor jeder Übungsstunde mittels Wischdesinfektion (NICHT Sprühdesinfektion!) desinfiziert werden.
 - Das Desinfektionsmittel wird durch den Verein bereitgestellt.
- Materialien müssen entsprechend der Wirksamkeit der Reinigungsmöglichkeiten ausgewählt werden, des Weiteren ist zu prüfen, ob Teilnehmer*innen eigene Materialien und Alltagsgegenstände (z.B. Trinkflaschen, Getränke-Tetrapacks) als Gewichtstücke nutzen können.
- Der Übungsraum muss vor und nach jeder Gruppe gut gelüftet werden, Aufenthalt im Übungsraum soll auf die Übungsstunde beschränkt sein.

- Alle Teilnehmer*innen kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände/die Sportstätte. Sie tragen eine Mund-Nasen-Schutzmaske, welche erst in der Räumlichkeit abgenommen werden darf.
 - Dies wird durch den/die Trainer*innen kommuniziert und folglich kontrolliert!
- Treffpunkt stehts unter Einhaltung der Distanzregeln (mind. 1,5m) und Warten bis die Trainer*innen die TeilnehmerInnen abholt.
 - Es ist ein pünktliches Erscheinen dringend notwendig.

Treffpunkte

- Sport in Schildgen: vor dem Eingang zum Schützenheim
- Sport auf dem Vereinsgelände: Vorplatz Grillhütte
- *Sport in der Rosenmaarschule: auf dem Schulhof*
- *Sport in der Schule Berliner Str.: auf dem Schulhof*

Während der Sportstunde

- Zu Beginn der Übungsstunde erläutert der/die Trainer*innen die Abstands- und Hygieneregeln und befragt die Teilnehmer*innen zu ihrem Gesundheitszustand:
 - keine Teilnahme von Personen mit Symptomen, außerdem ist darauf zu achten, dass Einwilligungserklärungen der Teilnehmer*innen vorliegen.
- Trainer*innen muss beurteilen, ob alle Teilnehmer*innen, insbesondere auch Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung oder psychischer Erkrankung, die Regelungen verstanden haben und umsetzen können.
- Teilnehmer*innen müssen das individuelle Risiko sowie den Gesundheitszustand vor jeder Übungsstunde einschätzen. Verzicht auf Teilnahme bei erhöhtem Risiko, **zwingender Verzicht bei akuten Symptomen.**
- Teilnehmer*innen sollen eigene Materialien (z.B. Matte, Handtuch) mitbringen, kein Austausch von Materialien untereinander
- Teilnehmer*innen dürfen den Übungsraum erst nach intensiver Handreinigung (20 sek. mit Seife) und nur in Anwesenheit der*des Übungsleiters*in betreten. Eine Handdesinfektion ist nicht zu empfehlen, da dadurch der Säure-Schutzmantel der Haut verringert wird. Die Teilnehmer sollten nach der Handreinigung sich nicht mehr an Mund oder Nase kratzen/reiben
- Einwilligungserklärung sowie Teilnahmebescheinigung sind mit **eigenem Stift** zu unterschreiben
- Die Nutzung von Mund-Nasen-Masken während des Rehabilitationssports ist nicht zu empfehlen, da in der feuchten Kammer der Maske das Wachsen von Viren und Bakterien beschleunigt und dadurch das Infektionsrisiko erhöht wird. Das Tragen einer Mund-Nasen-Maske vor und nach dem Rehabilitationssport hat gemäß den offiziellen Vorgaben des Landes NRW zu erfolgen
- Übungsleiter*in hat fortwährend auf die Einhaltung der Abstandsregeln zu achten
 - In der Halle stehen ausreichend Bänke/Stühle, um auch während der erforderlichen Erholungspausen den Mindestabstand zu wahren.
- Mittels Hütchen, o.ä. kann für jede/n Teilnehmer/in eine individuelle Trainingsfläche markiert werden unter Beachtung des Mindestabstands.

- Die Übungen werden kontaktfrei durchgeführt. Es werden keine Partner- und Gruppenübungen durchgeführt.

Nach der Sportstunde

- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause, die Umkleidekabinen sind verschlossen.
- Alle Teilnehmer*innen ziehen sich in der Räumlichkeit wieder die Mund-Nasen-Schutzmaske an und unsere Empfehlung ist auch nach dem Sport das ausgiebige Händewaschen vor Verlassen der Räumlichkeit.
 - Dies wird durch den/die Trainer*innen kommuniziert und folglich kontrolliert!
- Die TeilnehmerInnen verlassen unter Einhaltung der Distanzregeln die Räumlichkeit.