



Trainingskonzept der DLRG OV-Fritzlar e.V.

Unter Berücksichtigung der Absprachen des DLRG Landesverbandes Hessen und der Hessischen Landesregierung besteht ab dem 20.06.2020 die Möglichkeit, den Trainingsbetrieb im Freibad Fritzlar wieder aufzunehmen.

Die folgenden Bedingungen und Hygienevorschriften lassen sich einerseits direkt aus den Hygienemaßnahmen der Stadt Fritzlar¹ sowie der Verordnung² des Landes Hessen ableiten, andererseits sind in den sportartspezifischen Übergangsregeln für den Schwimmsport (DSV-Leitfaden)³ bzw. sie in der Risikobewertung⁴ der DLRG genannt. An dieser Stelle der Hinweis, dass die genannten Unterlagen durch die direkte Verbindung zum Erlass des Landes auch als bindende Vorschrift zu interpretieren sind.

Trainer/innen gehen bei der Umsetzung des Konzeptes mit gutem Beispiel voran und sorgen zugleich dafür, dass die Schwimmer/innen die Bedingungen ernst nehmen und umsetzen.

Trainer/innen und Schwimmer/innen erkennen durch Unterschrift dieses Konzept an und setzen es um.

¹ PM Eröffnung-Eder-Auen-Erlebnisbad Fritzlar Corona-Zeit; Übersicht über die Anpassung der Inbetriebnahme des Freibades sowie die Hygienemaßnahmen vom 18.06.2020

² Verordnung zur Beschränkung von sozialen Kontakten und des Betriebes von Einrichtungen und von Angeboten aufgrund der Corona-Pandemie (Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung) vom 7. Mai 2020; Lesefassung (Stand: 15. Mai 2020)

³ DSV-Leitfaden – Voraussetzungen für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben schaffen, Teil 1: Allgemeine Hinweise (Arbeitsstand: 12.05.2020)

⁴ Risikobetrachtung zur Wiederaufnahme der Aktivitäten im Rahmen der COVID-19 Pandemie, Version 2.0 (Stand: 10.06.2020)



Zur Einhaltung der hessischen Vorgaben werden folgende Punkte umgesetzt:

1. Kontaktfrei

- Das Training findet ausschließlich kontaktfrei statt in Trainingsgruppen, welche eine Gruppengröße 10 Personen überschreiten.
- Alle Übungen und Trainingseinheiten, die nicht kontaktfrei durchgeführt werden können, werden nicht durchgeführt (bspw. Frühschwimmunterricht, Befreiungsgriffe, Kombinierte Übung DRSA-Silber, etc.).

2. Mindestabstand

- Vor und in der Trainingsstätte ist grundsätzlich zu jeder Zeit ein Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten und den Beschilderungen des Freibades zu folgen.
- Für die Wasserflächen gilt beim Schwimmen von Bahnen ein Mindestabstand von 2-3 Metern (dies entspricht ca. 3-5 Sekunden).
- Der Trainer / Die Trainerin achtet jederzeit auf den geforderten Mindestabstand.

3. Anwesenheitslisten und Ausschluss von Infektionsfällen

- Zur Nachverfolgung der Teilnahme am Training im Falle einer Infektion (positiver Test) werden Anwesenheitslisten (s. Anlage 3) für jede Trainingseinheit geführt. Die Anwesenheitsliste wird im Anschluss an das Training für 4 Wochen verwahrt. Der/ die Trainingsbeauftragten verwalten die Anwesenheitslisten.
- Vor jedem Training ist eine Selbsterklärung zum Gesundheitszustand bei dem/ der Trainingsbeauftragten abzugeben (s. Anlage 1).
- Die Schwimmer/innen füllen vor jedem Training das Formblatt des Freibades aus, welches die persönlichen Daten für eine eventuelle Infektionsrückverfolgung erfragt. Dies erfolgt möglichst unter Verwendung eines persönlichen Stifts.



- Beim Auftreten von Krankheitssymptomen, darf auf keinen Fall am Training teilgenommen werden. Trainer/innen und Schwimmer/innen müssen dann vom Training fernbleiben. Dabei ist der/die Trainer/in zu informieren.
- Die Trainer/innen und Schwimmer/innen sind aufgefordert, eine nachgewiesene Infektion unverzüglich an den/die Trainer/in und den Vorstand zu melden, so dass in enger Abstimmung mit dem Gesundheitsamt Schwalm-Eder weitere Schritte eingeleitet werden können.
- Gruppen, in welchen ein Covid-19 – Fall auftritt, werden für den Zeitraum von minimal 14 Tagen vom Training ausgeschlossen, maßgeblich sind darüber hinaus die aktuell gültigen Vorgaben des Gesundheitsamts Schwalm-Eder.

4. Trainingsstätte

- Folgende Trainingsstätte wird von der DLRG OV Fritzlar e.V. genutzt:
Eder-Auen-Erlebnisbad
Pipprichsweg
34560 Fritzlar
- Zur Verfügung steht im Schwimmerbecken 2 Bahnen á 50 Metern, welche nicht mit einer Trennleine voneinander abgetrennt werden.

5. Zutritt zur Trainingsstätte / Wege auf dem Gelände

- Es werden feste Trainingsgruppen gebildet, die möglichst immer der gleichen Zusammensetzung mit möglichst den gleichen Trainern/Traineeinnen bleiben.
- Nachfolgende Trainingsgruppen werden erst in die Trainingsstätte gebeten, wenn die vorherigen Gruppen die Trainingsstätte verlassen haben. Die Zugangszeiten werden kommuniziert und sind von den Teilnehmenden verbindlich einzuhalten. Der Zugang wird kontrolliert.
- Eltern, die ihre Kinder zum Training bringen, sowie Dritte können die Trainingsstätte nicht als Begleitperson betreten.
- Für den Trainingswechsel sorgt die/der Trainer/in.
- Die Teilnehmenden werden aufgefordert, sich beim Warten vor dem Training außerhalb der Trainingsstätte nicht in Gruppen aufzuhalten.



- Die Verkehrswege auf dem Gelände werden durch Leitsysteme markiert sein.
- Nach dem Training ist die Trainingsstätte unverzüglich zu verlassen.
- Auf das Bilden von Fahrgemeinschaften ist zu verzichten.

6. Trainingsgruppen

- Aus der Kapazität des Schwimmbeckens ergibt sich grundsätzlich eine maximale Gruppengröße von bis zu 10 Teilnehmern je 50 Meter-Bahn bzw. von maximal 20 Schwimmerinnen/Schwimmern je 2 Bahnen im 50-Meter-Schwimmbecken bei unidirektionalem Schwimmen. Im Eder-Auen-Erlebnisbad stehen 2 Bahnen zur Verfügung. Damit ist eine maximale Teilnehmerzahl von bis zu 20 Schwimmern/innen grundsätzlich möglich.
- Geschwommen wird beim unidirektionalem Schwimmen jeweils auf der Mitte der Bahn. Auf der ungeraden Bahn wird von der tiefen zur flachen Seite geschwommen, auf der geraden Bahnen von der flachen zur tiefen Seite.
- Das seitliche Springen vom Beckenrand ist auf jeden Fall verboten.
- Das Überholen auf der Bahn sollte möglichst reduziert werden.
- Die Gruppen werden so eingeteilt, dass die maximale Anzahl an Teilnehmenden nicht überschritten wird. Bei der Einteilung der Gruppen ist darauf zu achten, dass die Schwimmer/innen die Mindestabstände im Wasser zu jeder Zeit einhalten können. Sofern dies bei der maximalen Gruppengröße nicht möglich ist, sind die Gruppen auf eine geringere Anzahl zu reduzieren.

7. Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen

- Hände sind regelmäßig zu waschen/ zu desinfizieren, mindestens vor Beginn des Trainings. Wenn mehrere Kurse nacheinander stattfinden, sollten sich die Trainer/innen spätestens beim Wechsel die Hände waschen oder desinfizieren. Desinfektionsmittel zur Handdesinfektion steht im Kassensbereich bereit.
- Einhaltung der Husten-/Niesetikette



- Duschen in geschlossenen Räumen sind nicht zu benutzen. Duschen unter freiem Himmel ist möglich.
- Die Nutzung der Toiletten in der Trainingsstätte sollte soweit möglich vermieden werden. Nach Benutzung der Toilette erfolgt gründliches Händewaschen mit Seife und der Teilnehmende darf nicht ins Schwimmbecken zurückkehren.
- Auf die Benutzung von vereinseigenen Hilfsmitteln (Schwimmbretter, Poolnudeln, Flossen, Pool-Boys, Tauchringe, Hindernisse etc.) wird bis auf weiteres verzichtet. Sofern Teilnehmende eigene Hilfsmittel oder Flossen mitbringen, sind diese vor und nach dem Training durch den Nutzer zu reinigen.
- Sofern im Rahmen des Rettungsschwimmtrainings Rettungsgeräte (Gurtretter, Wurfleine, Rettungsboje, etc.) oder Schlepppuppen zum Einsatz kommen, sind diese vor und nach dem Training durch den/die Trainer/in mit Seifenwasser zu reinigen und anschließend zu desinfizieren.
- Materialien, für die eine Flächendesinfektion nicht möglich ist, dürfen nicht verwendet werden.
- Kleiderschwimmen findet bis auf Weiteres in Trainingsgruppen > 10 Personen nicht statt.
- Es dürfen nur von den Benutzenden selbst mitgebrachte Badeschuhe und Handtücher sowie Trinkflaschen verwendet werden. Das Mitführen von Speisen ist untersagt.
- Die Nutzung von in der Trainingsstätte vorhandenen Föhnen jeglicher Art ist untersagt.

8. Risikogruppen

- Das vorliegende Konzept minimiert das Risiko einer Ansteckung mit Covid-19 auch für Angehörige von Risikogruppen auf ein Minimum, so dass eine Teilnahme auch für Angehörige von Risikogruppen grundsätzlich möglich ist.



9. Mund-Nasen-Bedeckung

- Mund-Nasen-Bedeckung müssen im Eingangs-, Kassen- und Kioskbereich durchgängig von allen Teilnehmer/innen getragen werden
- Trainer/innen müssen im Eingangs-, Kassen- und Kioskbereich, und so lange nicht alle Teilnehmer/innen im Wasser sind, getragen werden. Ihnen bleibt es freigestellt Mund-Nasen-Bedeckung am Beckenrand auch während des Trainings weiterhin zu tragen.
- Bei der Ausübung des Trainings besteht für die Schwimmer/innen keine Pflicht, einen Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.

10. Unterweisung und regelmäßige Information

- Alle beteiligten Trainer/innen werden vor Aufnahme der Tätigkeit als Trainer über die zu treffenden Maßnahmen und einzuhaltenden Regularien informiert und sind angehalten, diese zu beachten. Mit ihrer Unterschrift auf der Zustimmung zu dem Hygiene- und Trainingskonzept (s. Anlage 2) erkennen sie das hier vorliegende Hygiene- und Trainingskonzept an und wenden es an. Sie tragen darüber hinaus dafür Sorge, dass die Schwimmer/innen die Regularien einhalten.
- Die Teilnehmenden sind dazu verpflichtet für jedes Training eine Selbsterklärung zum Gesundheitszustand (s. Anlage 1) ausgefüllt bei den Trainingsbeauftragten abzugeben.
- Die Schwimmer/innen sind dazu verpflichtet, vor erstmaligen Trainingsbeginn mit ihrer Unterschrift das hier vorliegende Hygiene- und Trainingskonzept anzuerkennen und anzuwenden (s. Anlage 2). Bei gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptomen haben die Schwimmer/innen die Pflicht, dem Training fernzubleiben.
- Wer entgegen dem Hygiene- und Trainingskonzept handelt, wird unverzüglich vom Trainierenden der Trainingsstätte bzw. dem Badpersonal verwiesen. Bei erstmaligem Verstoß darf der/die Schwimmer/in zu weiteren Trainingsterminen erscheinen. Bei wiederholtem Verstoß erfolgt ein dauerhafter Ausschluss vom Training, so lange dieses Konzept Gültigkeit hat.



Das hier vorliegende Hygiene- und Trainingskonzept tritt mit der Zustimmung des Vereinsvorstandes vom 23.06.2020 in Kraft. Es bleibt bis auf Wiederruf oder dem Vorliegen einer aktualisierten Version aufgrund von Anpassungen auf aktuelle Entwicklungen in Kraft.



Anlage: 1

Dokumentation von Trainingsteilnehmer/Innen und Selbsterklärung zum Gesundheitszustand

Datum des Trainings: _____

Vorname

Nachname

Telefonnummer

Mit der Unterschrift bestätige ich oder ein Erziehungsberechtigter, dass ich beim Betreten der Sportstätte absolut symptomfrei bin.

Außerdem stimme ich oder ein Erziehungsberechtigter zu, dass meine persönlichen Daten zum Zwecke der Kontaktaufnahme im Zusammenhang mit einer möglichen COVID-19 Infektion durch einen Vertreter der DLRG OV-Fritzlar e.V. genutzt und für 4 Wochen gespeichert werden dürfen. Die Daten dürfen auf Anfrage ebenfalls an die zuständige Gesundheitsbehörde weitergegeben werden.

Ort, Datum

Unterschrift des Teilnehmers/der
Teilnehmerin

bei Minderjährigkeit Unterschrift
eines Erziehungsberechtigten



Anlage: 2

Zustimmung zu dem Hygiene- und Trainingskonzept

Hiermit verpflichte ich mich die im Trainingskonzept der DLRG OV-Fritzlar e.V., in Kraft getreten am 23.06.2020, aufgeführten Verhaltens- und Hygieneregeln für das Training im Verein DLRG OV Fritzlar e.V. einzuhalten und trage somit aktiv dazu bei, das Risiko einer Infektion mit Covid-19 für mich und meine Mitmenschen zu minimieren.

Vorname

Nachname

Ort, Datum

Unterschrift des Teilnehmers/der
Teilnehmerin

bei Minderjährigkeit Unterschrift
eines Erziehungsberechtigten



Anlage: 3

Anwesenheitsliste

Dokumentation von Trainingsteilnehmer/Innen

Verein: DLRG OV Fritzlar e.V.

Datum: _____ Ort: Eder-Auen-Erlebnisbad Fritzlar

Trainer/Innen: _____

Sonstige Anwesende: _____

Teilnehmende:

	Name	Vorname	Telefonnummer
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Unterschrift des Trainingsbeauftragten

Infektionsrückverfolgung des Eder-Auen-Erlebnisbades in Fritzlar

Infektionsrückverfolgung

Datum: _____

Nachname: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Postleitzahl/ Ort: _____

Telefonnummer: _____

Ihre Daten werden unter Verschluss für die Dauer eines Monats aufbewahrt und anschließend vernichtet.

Infektionsrückverfolgung

Datum: _____

Nachname: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Postleitzahl/ Ort: _____

Telefonnummer: _____

Ihre Daten werden unter Verschluss für die Dauer eines Monats aufbewahrt und anschließend vernichtet.

Infektionsrückverfolgung

Datum: _____

Nachname: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Postleitzahl/ Ort: _____

Telefonnummer: _____

Ihre Daten werden unter Verschluss für die Dauer eines Monats aufbewahrt und anschließend vernichtet.

Infektionsrückverfolgung

Datum: _____

Nachname: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Postleitzahl/ Ort: _____

Telefonnummer: _____

Ihre Daten werden unter Verschluss für die Dauer eines Monats aufbewahrt und anschließend vernichtet.