

Covid 19 Präventionskonzept Kreislauf Kraft Koordination

Mittwoch 19 30

1 Basierend auf

Den ab Montag, 21. September 2020, in Kraft getretenen Verordnungen und Empfehlungen der Sport Austria Bundes Sportorganisation.

2 Gültig für

- Indoor Turnstunden
- Kreislauf Kraft Koordination
 - Wöchentlich Mittwoch 19 30

3 Covid 19 Präventionskonzept

3.1 Teilnahme Voraussetzung / Verhalten für die Teilnahme

- TeilnehmerInnen müssen beim Besuch der ersten Turnstunde einen Haftungsausschluss des ÖTB Gumpoldskirchen bei etwaiger Infektion ausfüllen.
- Wer kommt muss gesund sein.
- Persönliche Utensilien (Mund- Nasenschutz, Trinkflaschen, Magnesia, etc.) sind zu kennzeichnen.
- Im Turngewand kommen, um in der Garderobe nur die Oberbekleidung ablegen zu müssen – ein Duschen in der Anlage ist gegenwärtig nicht möglich.
- Tragen eines Mund- Nasenschutzes vom Betreten des Gebäudes bis zum Betreten des Turnsaals (= auf allen Verkehrsflächen).
- Nießen / Husten in die eigene Armbeuge.
- Mindestabstand von mindestens 1m zu anderen TeilnehmerInnen der gleichen Gruppe.
- Beim Laufen werden ebenso Abstände eingehalten, ebenso beim Wechsel von einer Station zur nächsten
- Anmeldung über die Whatsapp Gruppe als Vorinformation für die Vorturner

3.2 Ablauf der Turnstunde

| | Maßnahme | Umsetzung |
|---|---|---|
| 1 | Erfassung der Teilnahme beim Betreten der Turnhalle | <ul style="list-style-type: none"> • Beim Eingang oder vor dem Turnsaal trägt sich jeder Teilnehmer in die Anwesenheitsliste ein. |
| 2 | Garderobe | <ul style="list-style-type: none"> • TeilnehmerInnen gehen in die zugeteilte Garderobe um sich die Hände zu waschen. • Danach ist die Oberbekleidung abzulegen. • Danach weiter zum Turnsaal |
| 3 | | |
| 4 | Verwendung Mund- Nasenschutz | <ul style="list-style-type: none"> • Beim Benutzen von Verkehrsflächen (Gang, Garderobe, WC, etc.) ist ein Mund- Nasenschutz zu tragen. • Im Turnsaal ist kein Mund- Nasenschutz erforderlich. |
| 5 | Handdesinfektion | <ul style="list-style-type: none"> • Vor dem Betreten des Turnsaals wird selbständig die Handdesinfektion durchgeführt |

| | | |
|---|---|---|
| 6 | Lüften | <ul style="list-style-type: none"> • Sofern es die Temperaturen zulassen sind die Fenster und der Notausgang zu öffnen. • Bei niedrigen Temperaturen ist die Turnsaalbelüftung auf maximalen Luftwechsel mit Frischluft einzustellen (Steuerung Belüftung bei der Steuerung der Tonanlage) |
| 7 | Getrennte Gruppen ab einer Teilnehmerzahl über 10 Personen oder strengste Kontrollen der Abstände bei den einzelnen Stationen | <ul style="list-style-type: none"> • Die Halle ist vor der Turnstunde mit Langbänken der Länge nach optisch zu teilen. • Die Gruppe „rot“ ist in der linken Hälfte, Gruppe „blau“ in der rechten Hälfte. Besteht eine Gruppe „bunt“ ist der Turnsaal zu dritteln. • Die Zuweisung erfolgt durch den Vorturner bei der Handdesinfektionsstation. • Der Geräteraum wird nur von jeder Gruppe alleine betreten. • Je nach Inhalt der Einheit können die gleichen Übungen beim Aufwärmen, Turnen und Ausklang in den Gruppen durchgeführt werden, jedoch jede Gruppe in ihrem Bereich. • Eine gemischte Aktivität zwischen den Gruppen (Spiele, Partnerübungen, etc. sind nicht gestattet. • Trinkpausen werden nacheinander je Gruppe durchgeführt. • 1 Vorturner ist im Turnsaal einer Gruppe zugeteilt. Daher ist innerhalb der Gruppe kein Mund- Nasenschutz zu tragen. |
| 8 | Auszug | <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenspezifisches wegräumen der Geräte. • Gruppe „rot“ geht zuerst in die Garderobe, zeitversetzt folgt Gruppe „blau“, etc. |
| 9 | Getrennter Eingang und Ausgang | <ul style="list-style-type: none"> • Eingang und Ausgang des Gebäudes ist beschriftet (Einbahnsystem) • Betreten des Gebäudes durch die Gartentür. • Verlassen des Gebäudes durch den Seiten Eingang. |

3.3 Erfordernis für die Durchführung der Turnstunde

- Wenn möglich 2 Vorturner pro Einheit wenn mehr als 10 Teilnehmer kommen
- Gleichbleibende oder Lockerung der gültigen Covid 19 Verordnungen des Bundes. Bei Verschärfung der Verordnungen ist eine Anpassung des Präventionskonzepts erforderlich.