

Verhaltens- und Hygieneregeln zum Wassertraining im Freibad

Um ein Wassertraining im Freibad durchführen zu können, sind aufgrund der aktuellen Situation rund um das Coronavirus besondere Vorschriften und Hygienemaßnahmen zu beachten. Die Einhaltung dieser, im Folgenden aufgeführten Regeln, wird dabei während den Einheiten laufend von den Trainern überwacht.

Zur Minimierung der Ansteckungsgefahr tragen die Trainer während des gesamten Sportbetriebs einen Mund-Nasen-Schutz, sind alle Schwimmer*innen in Wasser ist es dem Trainer bei genügend Abstand zur besseren Kommunikation erlaubt, diesen abzunehmen. Zudem wird die Anwesenheit aller Beteiligten dokumentiert, um im Falle einer Infektion die Kontaktpersonen lückenlos zurückverfolgen zu können. Diese Liste wird unter Wahrung des Datenschutzes vier Wochen lang sicher verwahrt und anschließend vernichtet. Die Erhebung der persönlichen Daten erfolgt gemäß Art. 6 Abs. 1 (d) der Datenschutz-Grundverordnung nur zur Einhaltung der Regelungen zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus.

Trainingspläne werden vorab per E-Mail von den Trainern bereitgestellt bzw. vor Trainingsbeginn an den Startblöcken aufgehängt, um Anweisungen vor Ort zu minimieren. Die Einteilung der Leistungsgruppen auf die einzelnen Bahnen erfolgt vorab und bemisst sich nach dem Kriterium der Geschwindigkeit. Nach Möglichkeit schwimmen also nur gleichschnelle Athleten auf einer Bahn. Im Becken wird es drei Leistungsgruppen auf drei Doppelbahnen geben, wobei zwischen den Doppelbahnen jeweils eine Einzelbahn eingezogen ist, um die Abstandsregeln einhalten zu können. Des Weiteren werden außerhalb des Beckens Möglichkeiten zur Desinfektion aufgestellt. Es wird zudem Markierungen auf dem Boden geben, um den Abstand auch vor der Kasse einhalten zu können.

Folgende Regeln müssen von den Sportlern eingehalten werden:

- Alle Teilnehmer*innen müssen bei Betreten des Freibads **absolut symptomfrei** sein, wobei sie dies mit ihrer Unterschrift (mit **eigenem** Stift) bestätigen müssen.
- Die **Bildung von Gruppen** ist vor und in der Trainingsstätte **verboten**.
- **An Land** ist dauerhaft ein **Mindestabstand von 1,5 Meter** einzuhalten. Dieser **erhöht** sich im Bereich der **Umkleiden auf 2,0 Meter**.
- Beim Ausführen von **Aufwärmübungen und bei aufrechter Haltung im Wasser ist ein Mindestabstand von 2,0 Metern** nicht zu unterschreiten. Während des Schwimmens auf den Bahnen gelten **3,0 Meter als Mindestabstand** zum Vordermann / Vorderfrau.
- **Gegenseitige Berührungen** sind während des gesamten Trainingsbetriebs **zu unterlassen**.
- Das gesamte Training findet unter **Ausschluss von Zuschauern, Gästen oder anderen Personen** statt, die nicht direkt am Training beteiligt sind.
- Vor dem Training sind die Hände gründlich zu waschen. Das Mitführen eigener Desinfektionsmittel wird dringend empfohlen.
- Im Kassenbereich sind bis zur Umkleide Mund-Nasen-Masken zu tragen.
- Türklinken und sonstige Kontaktflächen sollten nach Möglichkeit nicht mit den Händen berührt werden.

- Das Umziehen ist nur in Einzelkabinen gestattet.
- Die Nutzung der Freiluftdusche vor Beginn des Trainings muss einzeln erfolgen.
- Zur Minimierung des Kontakts zu jeglichen Gegenständen ist ein Handtuch zum Beckenrand mitzunehmen (Ablage auf desinfizierten Stühlen/Bänken). Nach dem Training wird sich umgehend abgetrocknet, bevor die Umkleiden betreten werden. Hand- und Badetücher sind nach einmaliger Nutzung als Kochwäsche zu reinigen.
- Zum Ein- und Ausstieg sind die entsprechenden Leitern zu verwenden. Startsprünge sind nur unter Einhaltung der Abstandsregeln (1,5 Meter) erlaubt.
- Es dürfen ausschließlich **eigene Trinkflaschen** und auch nur **eigene** (nach jeder Nutzung desinfizierten) **Trainingsutensilien** (z.B. Schwimmbrett, Paddles, Pull buoys, Flossen etc.) verwendet werden.
- Das **Schwimmbad** ist **nach dem Training unverzüglich zu verlassen**.
- Das Duschen nach dem Training ist zu Hause vorzunehmen. Das Nutzen von im Freibad vorhandenen Föhnen ist verboten.
- Bei Krankheitssymptomen (auch außerhalb des Sportbetriebs) ist sofort der Trainer zu informieren.

Ein Verstoß gegen eine der Vorgaben führt umgehend zum Ausschluss vom Trainingsbetrieb in jeglicher Form.

Bitte abtrennen und beim Trainer **vor dem ersten Training** unterschrieben abgeben!



Einverständniserklärung

Hiermit verpflichte ich mich, die oben aufgeführten Verhaltens- und Hygieneregeln für das Wassertraining beim ATS Kulmbach – Schwimmen einzuhalten und trage aktiv dazu bei, das Risiko einer Infektion mit Covid-19 für mich und meine Mitmenschen zu minimieren.

Name, Vorname

_____, den ____ . ____ . 20 ____

Ort, Datum

Unterschrift

beim Minderjährigen auch Unterschrift eines Erziehungsberechtigten