Vorstand Meldorf, 30.08.2020

Dithmarscher Sportverein für Gesundheit und Rehabilitation e.V.

Hygienekonzept

für den Übungsbetrieb in der Turnhalle der Gemeinschaftsschule Meldorf, Weiderbaum 4, am Dienstag und Mittwoch

Vorbemerkungen

Der Übungsbetrieb findet jeweils parallel in 2 Gruppen - orthopädische Gymnastik bzw. Herzsport und Hockergymnastik - statt. Dazu werden vor Beginn des Trainingsbetriebs die Trennwand herabgelassen und die Lüftungsfenster geöffnet. Die Teilnehmer*innen warten gruppenweise unter Wahrung der Abstandsregeln und Mund-Nase-Bedeckung vor der Halle. Vor Einlass werden sie vom Sportarzt nach möglichen Krankheitssymptomen wie Husten oder Fieber befragt, ggf. wird eine Körpertemperaturmessung im Gehörgang vorgenommen. Dann wird zunächst die Hockergruppe in den hinteren Umkleideraum, dann die Trainingsgruppe in den vorderen Umkleideraum geführt, um ihre persönlichen Sachen abzulegen und Hallenturnschuhe anzuziehen. Bis zum Betreten der Turnhalle ist die Mund-Nase-Bedeckung zu tragen. Nach dem Eintritt der Gruppen wird die Eingangstür abgeschlossen.

(1) Um die Abstandsregeln sicherstellen zu können wird die Gruppengröße auf 12 Personen beschränkt.
(2) Die Teilnehmer*innen der einzelnen Gruppen werden von der zuständigen Übungsleiterin/Übungsleiter in einer Liste eingetragen. Alle Teilnehmer*innen haben ein Merkblatt über Symptome, Infektionsrisiken und erforderliche Schutzmaßnahmen im Zusammenhang mit Covid-19 erhalten und die Kenntnisnahme durch Unterschrift quittiert.
(3) Bei der Auswahl der Übungen wird auf Partnerübung und Gruppenaktivitäten wie Ballspiele verzichtet, weil dabei die Abstandsregeln nicht einzuhalten sind.
(4) Da die schuleigenen Gymnastikmatten schlecht zu desinfizieren sind, müssen die Teilnehmer*innen eine eigene Gymnastikmatte oder mindestens ein großes Badelaken mitbringen.
(5) Die vereinseigenen Sportgeräte (z.B. Kurzhanteln, Gymnastikstäbe oder Bälle) werden unmittelbar nach jeder Übungsstunde mittels Wischdesinfektion desinfiziert.
(6) Nach Abschluss des Trainings verlassen die Teilnehmer*innen als Gruppe den Umkleideraum, zunächst die Trainingsgruppe, dann die Hockergruppe.
(7) Nach Verlassen des Umkleideraumes werden die Sitzbänke mit einem Flächendesinfektionsmittel abgewischt, bevor die nächsten beiden Gruppen (siehe Vorbemerkungen) eingelassen werden.

(8) Nach Abschluss des Trainingsbetriebs wird die Trennwand hochgezogen und die Sitzbänke in den Umkleideräumen mittels Wischdesinfektion desinfiziert.

Meldorf, den 07. August 2020

Detlef Glomm, Facharzt für Arbeitsmedizin
Sportarzt des Dithmarscher Sportvereins für Gesundheit und Rehabilitation e.V.