



Tischtennis-Club „Schwarz-Rot“ Gifhorn e.V. von 1950

Hygieneleitfaden Tischtennis
für die Sporthalle IGS Gifhorn, Lehmweg

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung und Vorgaben für den allgemeinen Trainingsbetrieb	S. 1
2	Trainingsablaufplan unter „Corona-Bedingungen“	S. 3

1 Einführung und Vorgaben für den allgemeinen Trainingsbetrieb

Die Stadt und der Landkreis Gifhorn haben Nutzungsvorgaben für ihre Sporthallen erarbeitet, die für alle Vereine und Nutzer der Sporthallen bindend sind. Der TTC Gifhorn und seine Trainer/Übungsleiter haben sich verpflichtet, die Vorgaben während ihrer Trainingszeiten einzuhalten! Die Nutzungserlaubnis seitens Stadt und Landkreis kann - je nach Pandemielage - jederzeit geändert, d.h. auch widerrufen, werden!

Die wichtigsten, aber leider trotzdem umfangreichen, Details zum Trainingsablauf sind im vorliegenden „Hygieneleitfaden für Aktive des TTC Gifhorn“ zusammengefasst.

Über unsere Homepage (www.ttcgifhorn.de) steht dieser auch zum Download zur Verfügung.

Wichtig: Ein Training kann nur stattfinden, wenn sich alle Trainingsteilnehmer/innen an die Vorgaben halten. Zuwiderhandlungen und Einsprüche werden nicht toleriert!

An den Trainingstagen (aktuell Dienstag und Freitag, voraussichtlich auch in den Ferien!) dürfen zwei Spielgruppen nacheinander trainieren:

- 1. Training von 17.00 Uhr bis 18.50 Uhr (für Jugendliche, Hobbygruppe und ggf. weitere Erwachsene) und
- 2. Training von 19.30 Uhr bis 21:15 Uhr (Erwachsene, Jugendliche aus den Herren/Damen Mannschaften, ggf. Kadertraining für Jugendliche)

Es dürfen sich **maximal 36 Personen** pro Gruppe in der Sporthalle aufhalten (d.h. Spieler und Trainer/Übungsleiter). Trainiert wird an maximal 16 Tischen.

Neben der Sportausrüstung (Turnschuhe, Schläger, individuell gekennzeichnete Bälle) werden zwei Handtücher benötigt: Das Eine ggf. zum Abwischen von Schweiß, das Andere als Sitzunterlage bei Nutzung der Turnbänke!

Der Einlass in die Halle erfolgt nur zu den angegebenen Trainingszeiten (unbedingt auf unserer Homepage nachschauen, da kurzfristige Änderungen möglich sind!).

Die Halle bleibt nach dem Betreten aller Teilnehmer/innen verschlossen, ein späterer Zutritt in die Halle ist dann nicht mehr möglich!!





Tischtennis-Club „Schwarz-Rot“ Gifhorn e.V. von 1950

Hygieneleitfaden Tischtennis
für die Sporthalle IGS Gifhorn, Lehmweg

Die Teilnahme am Training ist freiwillig und erfolgt eigenverantwortlich. Jeder Sportler ist von den Übungsleitern darauf hinzuweisen, dass er bei Bedenken (Risikogruppe, Ansteckungsängste u.a.) lieber nicht am Übungsbetrieb teilnehmen sollte.

Bei Symptomen wie Fieber und Husten darf die Anlage nicht betreten werden. Bei Krankheitsverdacht ist der Übungsleiter verpflichtet, die Sportler/innen von der Anlage zu verweisen. Dies ist in der Anwesenheitsliste zu vermerken.

Weiterhin gelten folgende Regeln (Auswahl aus „Information zur Freigabe von gedeckten Sporthallen“, vom 04.06.2020. Herausgeber: Landkreis Gifhorn):

1. Individuell (keine Fahrgemeinschaften!) und bereits in Sportbekleidung anreisen. Turnschuhe erst in der Halle bzw. den Umkleieräumen anziehen.
2. Der Zutritt zur Sportstätte erfolgt nacheinander, mit Mund-Nasen-Schutz und unter Einhaltung des Mindestabstands von 2 m. Der Sammelpunkt ist außerhalb der Sporthalle. Warteschlangen sind zu vermeiden.
3. Beim Betreten und Verlassen der Halle werden die Hände gründlich gewaschen. Die Übungsleiter kontrollieren die Einhaltung der Vorgaben.
4. **Gästen, Zuschauern und Zuschauerinnen (auch Eltern) ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet.**
5. Dusch-, Wasch- und andere Sanitarräume, ausgenommen Toiletten, sind gesperrt. Es sind vorrangig Toiletten zu nutzen, die nicht durch Umkleidekabinen oder Dusch- und Waschräume betreten werden.
6. Sämtliche Körperkontakte müssen vor, während und nach der Sporteinheit unterbleiben.
7. Es ist in jeder Situation zu anderen Personen mindestens 2 m Abstand zu halten.
8. Die Sportgruppen sind verpflichtet, Teilnehmerlisten zu führen und mindestens drei Wochen aufzubewahren. Diese dienen dazu etwaige Infektionsketten nachzuvollziehen.
9. Räume zur Aufbewahrung von Geräten und Materialien dürfen nur unter Einhaltung des Mindestabstandes von 2 m betreten und genutzt werden.
10. Wenn Teilnehmende eigene Materialien mitbringen, sind sie selbst für die Desinfektion verantwortlich. Eine Weitergabe von Materialien an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
11. **Zwischen den Sportgruppen müssen geeignete Pausen zur Lüftung und zum kontaktlosen Übergang eingeplant werden. Es wird eine Pause von 30 Minuten vorgeschrieben.**
12. Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporteinheit.
13. In der Sporthalle sowie auf dem gesamten Vereinsgelände (inkl. bspw. Parkflächen) ist der Verzehr von Speisen und Getränken verboten (ausgenommen sind selbst mitgebrachte Getränke während des Trainings).

Nur symptomfreie Personen dürfen sich in der Sportstätte aufhalten. Wer Symptome für akute Atemwegserkrankungen wie Husten, Fieber, Muskelschmerzen, Störung des Geruchs- oder Geschmackssinns, Durchfall oder Übelkeit aufweist, darf die jeweilige Sportstätte nicht betreten und sollte telefonisch bzw. per Mail einen Arzt/eine Ärztin kontaktieren. Ausnahmen sind nur für Personen mit bekannten Grunderkrankungen wie bspw. Asthma zulässig.

Personen, die einer Covid-19-Risikogruppe angehören, müssen die erforderliche Risikoabwägung selbst treffen.





2 Trainingsablaufplan unter „Corona-Bedingungen“

1. Alle Teilnehmer/innen werden vom Trainer/Übungsleiter vor der Halle empfangen und in Gruppen (maximal 6 Personen) unterteilt. Jeder Gruppe wird eine Umkleidekabine zugewiesen. Die Teilnehmer suchen mit angelegtem Mund-Nasen-Schutz im gebotenen Abstand (2 m) ihre jeweilige Umkleidekabine auf.
2. Vor dem Betreten der Sporthalle müssen die Hände gründlich gewaschen werden. In der Sporthalle wird kein Mund-Nasen-Schutz benötigt.
3. Eine Namensliste wird angelegt und durch die Trainer/Übungsleiter kontrolliert.
4. **Die Spieler/innen werden mit TT-Bällen ausgestattet, die markiert werden und im Trainingsbetrieb nur selbst angefasst werden dürfen.** Die Bälle verbleiben bei den Teilnehmern und müssen zum nächsten Training wieder mitgebracht werden.
5. Die Spielpaare werden zugeteilt. Jedes Spielpaar baut ihren Tisch inkl. Umrandungen (Boxen von 5 x 10 m) auf. Auf Abstandsregel auch in den Garagen achten! **Die Umrandungen dürfen möglichst nur im oberen Bereich und mittig angefasst werden!**
6. Während des Spiels gelten folgende Regeln:
 - Keine Handshakes oder andere Begrüßungsrituale vor und nach dem Spiel oder Training.
 - **Auf Doppel, Rundlauf oder andere Spielformen mit mehr als zwei Personen wird verzichtet.**
 - Keine üblichen Routinen wie Anhauchen des Balles oder Abwischen der Hand auf dem Tisch (eigenes Handtuch benutzen!).
7. **Trainingsende:**
 - Alle Trainingsteilnehmer/innen ziehen sich in den Umkleideräumen um, waschen sich erneut die Hände und werden vom Trainer/Übungsleiter aus der Halle begleitet.
 - Ein Aufenthalt vor der Halle ist nicht gestattet, das Schulgelände ist zügig zu verlassen.

