



VfL Grünhof-Tesperhude von 1909 e.V.

Turnen · Fußball · Tischtennis · Gymnastik · Jedermannsport · Leichtathletik
Aerobic · Pilates · Prellball · Volleyball · Tabata · Latin-Dance · Sportabzeichen · Yoga

Sportanlagen: 21502 Geesthacht-Grünhof, Westerheese

Verhaltensregeln (Sporthallen)

Distanzregeln einhalten

Mindestabstand von 2,00 bis 4,00 Metern zwischen den anwesenden Personen. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen.

Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

Sport und Bewegung werden kontaktfrei durchgeführt. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z. B. in Spilsportarten, findet nicht statt. Fehlerkorrekturen finden ausschließlich verbal statt. Es wird keine Hilfestellung gegeben.

Hygieneregeln einhalten

Vor dem Training Händewaschen oder desinfizieren. Eigene Sportmatte oder zumindest ein großes Badetuch mitbringen und über die Sportmatte legen. Benutzte Geräte werden nach der Benutzung desinfiziert.

Umkleiden und Duschen weiterhin geschlossen

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen ist nicht möglich. Sie kommen in Sportkleidung zum Training und gehen in Sportkleidung.

Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

In der Übergangsphase wird auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training verzichtet.

Trainingsgruppen verkleinern

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert.

Zone für jede/n Sportler/in

In den Hallen werden für die einzelnen Gruppenteilnehmer/innen mit Wäschekörben „Zonen“ eingerichtet, in denen die/der einzelne Sportler/in die eigenen Sachen, wie z.B. Draußen-Schuhe, Trinkflasche, Handtuch ablegen kann.

Trainingszeiten

Die Sportangebote finden zeitlich versetzt statt, sodass wenig bis keine Begegnungen der Sportgruppen stattfinden und keine Wartezeiten entstehen. Im Empfang genommen werdet Ihr vor dem Halleneingang von Eurer/m Übungsleiter/in. Bitte auf das Abstandsgebot von 1,50 m achten! Die Halle ist nach dem Eintreten der Trainingsgruppe wieder geschlossen, so dass Nachzügler und Unberechtigte keinen Zugang zur Halle haben. Nach dem Trainingsende werden die Hallen über die jeweiligen Notausgänge verlassen. Dies erfolgt ebenfalls unter Beachtung des Abstandsgebotes von 1,50 m. Das Sportgelände ist dann unverzüglich zu verlassen.

Keine Zuschauer

Zuschauerinnen und Zuschauer dürfen die Anlage nicht betreten.

Krankheitssymptome

Nur wer in eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen. Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wird/wurde, dürfen nicht an den Sportstunden teilnehmen und melden dies telefonisch oder per E-Mail schnellstmöglich dem 1. Vorsitzenden, Andreas Fibranz, unter 0160/5050500 oder fibranz@me.com.

Leitplanken der einzelnen Sportverbände

Zusätzlich gelten für die jeweilige Sportart die durch den einzelnen Sportverband erlassenen Empfehlungen zum Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben (s. Aushang).

Risiken in allen Bereichen minimieren

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn Sie bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl haben, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren sind, sollten Sie darauf verzichten.

Hausrecht

Trainer/innen und Übungsleiter/innen genießen während der Durchführung der Angebote Hausrecht auf der Anlage. Entsprechend sind deren Anweisungen und Anordnungen während des Aufenthaltes auf dem Vereinsgelände zu befolgen!