

# Regeln für den Trainingsbetrieb während der COVID-19-Pandemie

## Treffen vorm Schwimmbad:

- Der Trainer muss sicherstellen, dass ein Abstand von 1,5 m zwischen den Wartenden eingehalten wird. Ausnahmen sind Personen aus einem Haushalt (z.B. Mutter und Kind).
- Die Kasse darf vom Trainer nur alleine und nur mit Mundschutz betreten werden. Entsprechend muss der Trainer daran denken, eine Maske mitzubringen.

## Umziehen vor den Training:

- Nach Möglichkeit sollte die Badebekleidung bereits zuhause angezogen werden, um lange Wartezeiten vor dem Training zu vermeiden.
- Einzelkabinen nutzen. Gruppenumkleideräume sind abgesperrt und dürfen nicht betreten werden. Nach Möglichkeit die Räumlichkeiten verteilt betreten und verlassen, um Staus zu vermeiden.
- Duschen vor dem Betreten des Beckens bitte draußen. Abstand halten beim Warten.
- Solltet ihr eure Wertsachen während des Trainings sicher verstauen wollen, bringt bitte ein 1€ Stück mit für die Spinde.

## Toilettennutzung:

- Toiletten sind regulär geöffnet. Es sollte aber darauf geachtet werden, dass nicht alle gleichzeitig die Toiletten benutzen, sondern die Verwendung derselben entsprechend so aufgeteilt wird, dass keine Staus oder Warteschlangen entstehen.

## Während des Trainings:

- Es sind verschiedene Absperrungen und "Einbahnstraßen" im Schwimmbad angelegt; diese sind zu beachten und entsprechend zu benutzen, um die geforderten Abstände jederzeit zu gewährleisten.
- Bei einer 50m Bahn sind maximal 2 Personen gleichzeitig, so zu verteilen, dass sowohl nach vorne als auch seitlich ein Abstand von 1,50m gewährleistet bleibt (versetzter Start, einzeln schwimmen, rechts halten).
- Partnerübungen (Wechselatmung, Rettungsübungen, Staffeln, etc.), welche Nähe erfordern, sind vorläufig im Training nicht möglich.
- Übungen mit DTG sind vorläufig ebenfalls ausgeschlossen (Ein Termin für ein reines Gerätetraining wäre möglich, aber nur mit eigener Ausrüstung).

- Der Verein kann bis auf weiteres keine ABC Ausrüstung zur Verfügung stellen oder verleihen, da wir keine Möglichkeit der Desinfektion haben.
- Apnoe Übungen sind aufgrund der nötigen direkten Partnersicherung bis auf weiteres nicht möglich. Ausnahmen bilden sehr kurze Tauchstrecken (Intervall-tauchen). Apnoeübungen ohne Sicherung sind prinzipiell nicht erlaubt.
- Die Rutschen und Sprungtürme sind geschlossen und können auch während des Trainings nicht benutzt werden.

#### Nach dem Training:

- Wenn möglich sollte auch nach dem Training zuhause geduscht werden.
- Es sind nur 2 Duschen offen. Diese dürfen natürlich auch nur von 2 Personen gleichzeitig genutzt werden. Vor den Duschen darf nicht gewartet werden, da dort der Abstand nicht eingehalten werden kann. Stattdessen bitte draußen warten, bis eine Dusche frei wird. Staus und Warteschlangen sind (vor allem innerhalb der Gebäude) unter allen Umständen zu vermeiden!

#### Allgemein:

- Der Trainer ist zuständig für die konsequente Umsetzung der Maßnahmen. Immer dran denken: Sollte das nicht funktionieren, dürfen wir eventuell kein Training mehr anbieten! Entsprechend konsequent werden wir die Maßnahmen auch durchsetzen.
- Sollte sich ein Teilnehmer nicht an die Anweisungen des Trainers halten, ist er aus dem Training zu entfernen (<18 Jährige müssen in diesem Fall, nach dem Duschen, warten bis das Training beendet ist, da der Trainer die Aufsichtspflicht hat).
- Sollte es mehrfach durch eine Person zu Verstößen kommen, kann diese Person am Training nicht mehr teilnehmen, bis die Maßnahmen wieder aufgehoben werden.
- Auch Mitglieder, welche nicht am Training teilnehmen, sondern nur zum Schwimmen erscheinen, sind an diese Maßnahmen gebunden und haben sich an eventuelle Anweisungen des Trainers zu halten.