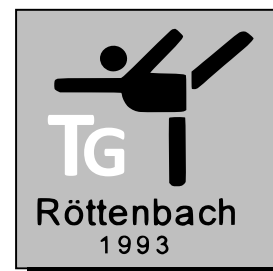


**Turngemeinschaft Röttenbach  
e.V.**  
Postfach 12  
91341 Röttenbach

Dein Partner  
für  
Freizeit und Fitness



TG Röttenbach e.V. Postfach 12, 91341 Röttenbach

### **Der Vorstand**

René Lochner  
Susanne Knirsch  
Wolfgang Utz

[info@tg-roettenbach.de](mailto:info@tg-roettenbach.de)

## **Corona-Pandemie: Hygienekonzept der TG Röttenbach**

**Geänderte Version vom 10. Juni 2021**

### Grund der Änderung:

Wiederaufnahme des regulären Sportbetriebs  
Aktualisierung der Handlungsempfehlungen des BLSV

### **Präambel**

Das vorliegende Hygienekonzept wurde durch die Vorstandschaft der Turngemeinschaft Röttenbach (Vorstand + Abteilungsleiter) erarbeitet und vom Vorstand verabschiedet. Es beinhaltet Richtlinien für die am 14. Mai beginnende teilweise Wiederaufnahme des Sportbetriebs. Dieses Konzept, das immer wieder den aktuellen Vorgaben angepasst werden wird und dessen jeweils aktuelle Fassung auf der Webseite <http://www.tg-roettenbach.de> zu finden ist, wurde auf der Grundlage der folgenden Dokumente erstellt:

- 13. Infektionsschutzmaßnahmenverordnung Bayern  
<https://tinyurl.com/infschutz-vo-13>
- Rahmenkonzept Sport (Bayerisches Staatsministerium des Innern, für Sport und Integration, Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege); Anpassung an 13. Infektionsschutzmaßnahmen-VO noch nicht erfolgt  
<https://tinyurl.com/rksportbayern20052021>
- 9 Leitplanken des DOSB  
<https://tinyurl.com/dosb-9leitplanken14052021>
- Leitplanken Hallensport des DOSB  
<https://tinyurl.com/dosbleitplanken-halle09072020>

- *Organisationshilfe des DTB und seiner Landesturnverbände*  
<https://tinyurl.com/dtb-orghilfe27052021>
- *DTB-Empfehlungen für den Bereich Fitness- und Gesundheitssport*  
<https://tinyurl.com/dtb-fitgesund25052021>
- *DTB-Empfehlungen für den Bereich Kinderturnen*  
<https://tinyurl.com/dtb-kinderturnen-14072020>
- *DTB-Empfehlungen für die verschiedenen Sportarten*  
<https://tinyurl.com/dtb-sportarten25052021>
- *Handlungsempfehlungen des BLSV*  
<https://tinyurl.com/blsv-empfehlungen-07062021>
- *FAQs des BLSV*  
<https://tinyurl.com/blsv-faq-28052021>
- *Offiziell festgelegte Einstufung der Inzidenzwertschwelle des Landkreises ERH*
- *Lockerung im Sportbetrieb*  
<https://tinyurl.com/inzidenz-landkreis-erh-060621>

*Teil I des Konzeptes beinhaltet Regelungen und Vorgaben, die für alle Abteilungen und Gruppen gleichermaßen gelten. Teil II besteht aus diversen Anlagen, in denen abteilungs- bzw. gruppenbezogene Richtlinien und Spezifika genannt werden.*

*Es ist selbstverständlich, dass hier nur Rahmenbedingungen aufgelistet und nicht alle Details des Sportbetriebes wiedergegeben werden können. Daher kommt der situationsangepassten Handlungsweise eines jeden Gruppenleiters eine besondere Bedeutung zu.*

*Die Protokollierung der Änderungen wurde aus Gründen der bessern Übersichtlichkeit in eine separate Datei ausgelagert.*

## Teil I

### Abteilungs- und gruppenübergreifende Regelungen und Vorgaben

#### 1. Abhängigkeit des Sportbetriebs von aktuellen 7-Tages-Inzidenzen - Grenzwerte

Generelle Grundlage für die Durchführung von Sportangeboten ist aktuell die 13. Infektionsschutzmaßnahmenverordnung Bayern. Zusätzliche Allgemeinverfügungen des Landkreises Erlangen-Höchststadt sind derzeit nicht mehr erforderlich. Seit März 2021 sind offiziell gültige 7-Tages-Inzidenzgrenzwerte (Bekanntmachung durch den Landkreis ERH) Grundlage für die Durchführung bzw. Aussetzung des Sportbetriebes.

Aktuell gilt:

a) Sport im Innenbereich ist grundsätzlich gestattet, wenn die üblichen Richtlinien eingehalten werden und ein Hygienekonzept vorliegt. Besonders zu beachten sind dabei:

- Mindestabstand 1,5 m  
=> wird durch Maximalbelegungen der Sportstätten gewährleistet (s. unten)
- Lüftung  
=> wird durch Offenhalten der Türen sowie der (Dach)fenster der jeweiligen Sportstätte gewährleistet
- Handhygiene  
=> wird durch Behandlung mit Händedesinfektionsmittel gewährleistet

Bei offiziell festgestellten Inzidenzen (Webseite des Landkreises ERH)  $>50$  und  $<100$  ist die Gruppengröße auf 10 Teilnehmer beschränkt (kontaktfrei), wenn kein Testnachweis verlangt wird. Wird ein Testnachweis verlangt, ist die Gruppengröße nicht beschränkt, der Sport kann dann auch als Kontaktsport ausgeübt werden. In diesem Falle ist also auch Hilfestellung möglich.

Als Testnachweis gelten:

- Negativer PCR-Test (der Test darf höchstens 48 Stunden vor Beginn der Sportstunde vorgenommen worden sein)  
oder
- Negativer Antigen-Schnelltest (der Test darf höchstens 24 Stunden vor Beginn der Sportstunde vorgenommen worden sein)  
oder
- Negativer Selbsttest (direkt vor Ort vorgenommen und durch ÜL überwacht)

Die Art des negativen Testergebnisses (PCR/AG/ST) ist vom zuständigen Übungsleiter in der Anwesenheitsliste festzuhalten.  
Für Kinder unter 6 Jahren entfällt die Testpflicht.

Bei einem Inzidenzwert  $<50$  ist Sport jeder Art ohne Gruppengrößenbeschränkung und ohne Testnachweis möglich. Dies gilt auch für Kontaktsport, weshalb z. B. Hilfestellung möglich ist.

b) Sport im Außenbereich ist bei offiziell festgestellten Inzidenzen (Webseite des Landkreises ERH)  $>50$  und  $<100$  ohne Gruppenbegrenzung nur dann zulässig, wenn ein Testnachweis verlangt wird (auch Kontaktsport). Ohne Vorliegen eines negativen

Testergebnisses sind Gruppengrößen von bis zu 20 Kindern unter 14 Jahren (auch Kontaktsport) möglich.

Bei einem Inzidenzwert <50 ist Sport jeder Art ohne Gruppengrößenbeschränkung und ohne Testnachweis gestattet (auch Kontaktsport).

- c) Die Übungs- und Gruppenleiter der TG Röttenbach sind allerdings angehalten, zumindest durch einen kurz zuvor durchgeführten Selbsttest (oder Test in der Arbeitsstelle, Schnelltest) eine eigene Infektion durch das Coronavirus auszuschließen.
- d) Kann ein Teilnehmer bzw. Übungsleiter einen Nachweis über eine abgeschlossene Corona-Impfung bzw. über eine ausgeheilte Corona-Infektion vorlegen, so ist er von der Testpflicht befreit. Die Übungsleiter lassen sich in diesem Falle den entsprechenden Nachweis vorlegen und notieren die abgeschlossene Impfung in ihren Unterlagen.

Aus Praktikabilitätsgründen wird der Schriftführer der TG Röttenbach eine neue, sportbetriebsrelevante Über- bzw. Unterschreitung eines Grenzwertes per E-Mail an die jeweiligen Gruppenleiter melden. Damit ist eine subjektive Beurteilung der Situation durch jeden einzelnen Gruppenleiter ausgeschlossen.

**Die aktuell gültige Inzidenz kann auch auf der Webseite des Landratsamtes Erlangen-Höchstadt eingesehen werden:**  
<http://www.erlangen-hoechstadt.de>

Die folgende Übersicht fasst die aktuellen Regelungen zusammen.

Sportausübung ist wie folgt zulässig (ab 07.06.):		
Inzidenz unter 50	Inzidenz 50-100	Inzidenz über 100
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sportausübung ohne Gruppenbegrenzung</b> (unter Einhaltung des Rahmenkonzeptes Sport)</li> <li>• Betrieb von Fitnessstudios, Tanzschulen &amp; Schwimmbädern möglich</li> <li>• Gültig für <b>alle Sportarten</b></li> <li>• Nutzung von <b>Umkleiden und Duschen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sportausübung ohne Gruppenbegrenzung</b> (unter Einhaltung des Rahmenkonzeptes Sport) <u>mit negativem Test</u></li> <li>• <b>Kontaktfreier Sport</b> in Gruppe bis zu 10 Personen <u>ohne Testnachweis</u></li> <li>• <b>Outdoor-Sport für Kinder unter 14 Jahren</b> in 20er-Gruppe <u>ohne Testnachweis</u></li> <li>• Betrieb von Fitnessstudios, Tanzschulen &amp; Schwimmbädern <u>mit negativem Test</u> möglich</li> <li>• Gültig für <b>alle Sportarten</b></li> <li>• Nutzung von <b>Umkleiden und Duschen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nur <b>Outdoor-Sport</b></li> <li>• Nur <b>Kontaktfreier Sport</b></li> <li>• <b>Alleine, zu zweit oder mit den Angehörigen des eigenen Hausstandes</b></li> <li>• Gruppen von bis zu <b>5 Kindern (unter 14 Jahren)</b></li> <li>• Anleitungspersonen benötigen <u>negativen Test</u></li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0; text-align: center;">             Regelungen aus der Bundes-Notbremse laufen zum 30.06.2021 aus.         </div>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeine Testpflicht entfällt</li> <li>• Versammlungen bis 100 TN im Außenbereich sowie 50 TN im Innenbereich</li> <li>• Vereinsgastronomie (Außen + Innen) bis 24:00 Uhr</li> <li>• Unter freiem Himmel bis zu 500 Zuschauer (inklusive Genesene und Geimpfte) bei fester Sitzplatzordnung (AHA-Regel beachten)</li> <li>• In Gebäuden richtet sich die zulässige Höchstzuschauerzahl nach der Anzahl der vorhandenen Plätze unter der Berücksichtigung des Mindestabstands (1,5m)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Versammlungen bis 50 TN im Außenbereich sowie 25 TN im Innenbereich (<u>je mit negativem Test</u>)</li> <li>• Vereinsgastronomie (Außen + Innen) bis 24:00 Uhr (<u>je mit negativem Test</u>)</li> <li>• Anerkennung von Tests an Schulen/Hochschulen für den Sportbetrieb</li> <li>• Unter freiem Himmel bis zu 500 Zuschauer (inklusive Genesene und Geimpfte) bei fester Sitzplatzordnung <u>mit negativem Test</u> (AHA-Regel beachten)</li> <li>• In Gebäuden richtet sich die zulässige Höchstzuschauerzahl <u>mit negativem Test</u> nach der Anzahl der vorhandenen Plätze unter der Berücksichtigung des Mindestabstands (1,5m).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keine Vereinsversammlungen erlaubt.</li> <li>• Vereinsgastronomie nur für Abholung bzw. Lieferung zugelassen</li> <li>• Anerkennung von Tests von Schulen/Hochschulen für den Sportbetrieb</li> <li>• Maskenpflicht im Schulsport</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperkontakt</li> <li>• Indoor-Sport</li> <li>• Nutzung von Umkleiden und Duschen</li> <li>• Zuschauerbetrieb</li> </ul>
Rahmenhygienekonzept „Sport“ (siehe Seite 7 der Handlungsempfehlungen)		

## 2. Organisatorisches

### a. Gruppenleiter

Die Gruppenleiter tragen in der aktuellen Situation eine besondere Verantwortung. Sie achten besonders auf folgende Punkte:

- i. Kommunikation und Umsetzung der aktuellen Regelungen innerhalb der Trainingsgruppe
- ii. Abarbeiten der Gruppenleiter-Checkliste (s. Anlage 2)
- iii. Tragen von FFP2-Masken im Wartebereich, beim Aufbau/Abbau, beim Zugang und beim Verlassen des Sportgeländes
- iv. Überwachung der Durchführung der Selbsttests (falls notwendig)
- v. Outdoor-Sport: Einsammeln und Kontrolle der Selbstauskunftsbögen vor Beginn einer jeden Trainingsstunde (s. Anlage 3).

Dabei gilt:

1. SportlerInnen, die keinen Selbstauskunftsbogen abgegeben haben, dürfen nicht am Sportbetrieb teilnehmen.
2. SportlerInnen, die Fragen zur Risiko- bzw. Symptom-Evaluation mit „ja“ beantwortet haben, dürfen nicht am Sportbetrieb teilnehmen

Die Selbstauskunftsbögen werden gesammelt abgelegt und vier Wochen später vernichtet.

Da der Zutritt zu den Indoor-Sportstätten der Gemeinde durch entsprechende Aushänge geregelt ist, entfällt bei Sportangeboten, die in diesen Räumlichkeiten durchgeführt werden, das Ausfüllen und die Kontrolle der Selbstauskunftsbögen.

- vi. Grundlegende Vorbereitung der jeweiligen Trainingseinheit
- vii. Lüften (Öffnen von Türen/Fenstern)
- viii. Rechtzeitiges Beenden der Sportstunde (Vermeidung der Durchmischung mit nachfolgenden Gruppen)

### b. Sportstätten

Die Gemeinde Röttenbach hat folgende Sportstätten zur Nutzung durch die Vereine freigegeben:

- i. Schulturnhalle
  1. Im Normalbetrieb maximal 42 Personen gleichzeitig (28 Personen in der großen Halle, 14 Personen in der kleinen Halle)

2. Bei den Turnzweigen, die jeweils donnerstags in der Schulturnhalle turnen, besteht eine „Einheit“ aus der jeweiligen Begleitperson und ihrem Kind/ihren Kindern. Es wird erwartet, dass maximal 18 „Einheiten“ am Sportangebot teilnehmen. Die Mitglieder einer jeweiligen Einheit können auf die Abstandswahrung verzichten. Die Begleitperson achtet darauf, dass der empfohlene Abstand zu den anderen Einheiten eingehalten wird.
  3. Die Grundreinigung erfolgt jeweils durch Reinigungskräfte der Schule
- ii. Schnitzelgrubenhalle
    1. maximal 3 SportlerInnen gleichzeitig (Festlegung TG)
  - iii. Freigelände der Schule (Hartplatz, Wiese)
  - iv. Lohmühlhalle
    1. maximal 15 SportlerInnen gleichzeitig
    2. Grundreinigung erfolgt jeweils durch Reinigungskräfte der Gemeinde
  - v. Kraftraum
    1. Maximal 8 SportlerInnen und 1 GruppenleiterIn
    2. In einer eigenen Anlage (Anlage 1d) werden Einzelheiten für den Übungsbetrieb im Kraftraum geregelt.

Für die Nutzung der Sportstätten gelten folgende Auflagen:

- i. Generell sollte die Sportausübung im Freien präferiert werden. Gerade im Herbst bzw. Winter ist dies allerdings meist nicht möglich.
- ii. Eine gute Durchlüftung der Innenräume (auch der Schnitzelgrubenhalle) ist essenziell (Dachfenster (außer bei Regen) und mindestens zwei Außentüre öffnen, Hallentüren geöffnet halten).
- iii. Der Zugang zu den Sportanlagen und das Verlassen derselben ist für jede Trainingsgruppe separat geregelt.
- iv. Grundsätzlich sind zwei Umkleieräume durch die Gemeinde/Schule freigegeben. Die Nutzung wäre allerdings an besondere Auflagen gebunden, die schlecht zu kontrollieren sind. Die SportlerInnen sollten daher bereits in Sportkleidung erscheinen.
- v. Die Nutzung der WCs ist jeweils durch eine einzelne Person möglich. Dabei ist darauf zu achten, dass eine FFP2-Maske getragen und sowohl beim Zutritt wie auch beim Verlassen der sanitären Anlage eine gründliche Händereinigung erfolgt.
- vi. Nach jedem Training werden benutzte sanitäre Anlagen, Türgriffe, Schalter und (soweit möglich) verwendete Gerätschaften etc. vom jeweiligen Gruppenleiter desinfiziert.
- vii. Zuschauer/Eltern dürfen sich nicht in den Sportstätten aufhalten.

c. Aufsichtspflicht/Sorgfaltspflicht

Die Aufsichts- und Sorgfaltspflicht der jeweiligen Gruppenleiter beginnt und endet jeweils zu den kommunizierten Trainingszeiten. Sie bezieht sich nur auf die Sportstätte.

Bei den „Turnzwerger“ tragen die erwachsenen Begleitpersonen durchgängig die Verantwortung für die eigenen Kinder. Sie sorgen auch für die Einhaltung aller Regeln und Vorschriften.

Für die Einhaltung der generell geltenden Hygienemaßnahmen und Kontaktbeschränkungen außerhalb der Sportstätten bzw. außerhalb der bekannten Trainingszeiten (z. B. für Anfahrten etc.) sind die SportlerInnen bzw. deren gesetzliche Vertreter selbst verantwortlich.

### 3. Generelle Hygieneregeln

a. Mindestabstand

Auch wenn mittlerweile wieder Kontaktsport erlaubt ist, sollte – so weit möglich und sinnvoll - ein Mindestabstand von 1,5 m eingehalten werden. Dies wird unter anderem durch folgende Maßnahmen erreicht:

- i. Vorplanung des Stationsaufbaus
- ii. Festlegung von persönlichen „Aufenthaltsbereichen“ durch Nutzung diverser Hilfsmittel (Pylonen, Gymnastikreifen, Matten etc.)
- iii. Vermeidung von Partnerübungen
- iv. Vermeidung des Abklatschens, Umarmens etc.
- v. Vermeidung von unnötiger Hilfestellung

b. Ausnahmen von der Abstandsregel

Kontaktsport ist generell wieder zulässig, weshalb – falls notwendig und sinnvoll – von der Abstandsregel abgewichen werden kann. Beispiele:

- i. Sicherheitsstellung (z. B. beim Gerätturnen)
- ii. Erste-Hilfe-Leistung  
Während der Erste-Hilfe-Leistung muss eine FFP2-Maske getragen werden (möglichst auch vom Verletzten)
- iii. Hilfestellung

c. Mund-Nase-Schutzes (MNS)

SportlerInnen und Gruppenleiter tragen generell eine FFP2-Maske

- i. beim Zutritt zum Sportgelände
- ii. während der Hände- und Gerätedesinfektion
- iii. während des Geräteaufbaus/Geräteabbaus

Das Ablegen der FFP2-Maske ist nur nach Aufforderung durch den Gruppenleiter gestattet.

d. Desinfektion

Gruppenleiter müssen stets Zugriff auf ein Desinfektionsmittel und einen sauberen Lappen haben.

Dabei ist darauf zu achten, dass für die Hände-/Fuß- bzw. Gerätedesinfektion eine Lösung verwendet wird, die mindestens 61 % Ethanol enthält.

Für empfindliche Oberflächen ist laut BTV auch eine verdünnte Seifenlauge zulässig.

Allerdings wird bereits hier darauf hingewiesen, dass aus verschiedenen Gründen nicht alle Geräte und Hilfsmittel behandelt werden können (s. Anlage 1).

Was/Wann ist zu desinfizieren?

- i. Hände sämtlicher Gruppenmitglieder (vor Beginn und nach dem Ende der Übungsstunde)
- ii. Verwendete Geräte und Hilfsmittel (nach dem Ende der Übungsstunde bzw. nach stärkerer Kontamination; Ausnahmen s. Anlage 1)
- iii. Benutzte sanitäre Bereiche, Türgriffe, Schalter (nach dem Ende der Übungsstunde)

e. Vermeiden des Barfußtrainings

Alle Gruppenmitglieder müssen generell Socken bzw. Sportschuhe tragen. Sollte ein Barfußtraining unumgänglich sein, so muss dafür gesorgt werden, dass auch die Füße desinfiziert werden.

f. Eigene Sportgeräte/Verleih von Sportgeräten

Grundsätzlich positiv zu bewerten ist die Verwendung persönlicher Sportgeräte (z. B. Gymnastikmatten, Sprungseile etc.) durch die SportlerInnen.

Das Mitbringen persönlicher sauberer Badehandtücher als zusätzliche Auflage auf schul- bzw. vereinseigene Matten ist sinnvoll, da damit einer verstärkten Kontamination durch Schweiß entgegengewirkt werden kann.

In einigen Bereichen kann durch das Ausleihen bzw. das Zuordnen von vereinseigenen Hilfsmitteln bzw. Kleingeräten an Gruppenmitglieder das Risiko einer Übertragung des Corona-Virus weiter verringert werden (z. B. Sprungseile, Stepper etc.).

g. Husten-/Nießetikette

Die Gruppenleiter weisen die SportlerInnen auf die geltende Husten- bzw. Nießetikette hin.

h. Vermeidung der Gruppendurchmischung

Auch in den aktuellen Handlungsempfehlungen des BLSV wird noch auf eine sichtbare Trennung der Gruppen hingewiesen. Daher bitte also Absperrband bzw. andere deutlich sichtbare Abtrennungen verwenden.



#### 4. Eigenverantwortlichkeit der SportlerInnen

SportlerInnen sollten unser Sportangebot im eigenen Interesse nur wahrnehmen, wenn sie sich gesund fühlen und keiner der einschlägigen Risikogruppen angehören.

Im Zweifelsfall ist die Meinung eines Arztes einzuholen.

Darüber hinaus muss zu jeder einzelnen durchgeführten Outdoor-Sportstunde ein vollständig ausgefüllter und unterschriebener Selbstauskunftsbogen mitgebracht und beim Gruppenleiter abgegeben werden. Für Indoor-Angebote müssen die an den Eingängen angebrachten Info-Poster beachtet werden.

#### 5. Übersicht über die Sportangebote

Alle Sportangebote starten in der KW 23 (Ausnahme: Fitnessgymnastik, Funktionelle Rückengymnastik, Muskelmäuschen 2 => KW 24)

##### a. Sportangebot am Montag

###### i. Aerobic

Gruppenleitung: Susi Tintemann  
Zeit: montags, 19.00-19.45 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Jahnstraße

###### ii. Body Workout

Gruppenleitung: Susi Tintemann, Jörg Müller, Inge Lochner  
Zeit: montags, 20.00-20.45 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Schul- und Jahnstraße

###### iii. Gerätturnen weiblich/männlich

Gruppenleitung: René Lochner, Bea Lochner, (Heike Wagener), Jan Hartmann, Wolfgang Utz  
Zeit: montags, 17.45 – 19.45 Uhr  
Treffpunkt: Mädchen  
=> Eingang Schulturnhalle Schulstraße  
Jungs  
=> Eingang Schulturnhalle Jahnstraße

###### iv. Turnmäuse

Gruppenleitung: Alexandra Zeuß, Lars Knirsch  
Zeit: 15.45-16.30 Uhr  
16.45-17.30 Uhr  
Gruppenaufteilung und Treffpunkte werden den Gruppenmitgliedern von den Übungsleitern separat mitgeteilt

###### v. Muskelmäuschen Gruppe 1 (nur bei Bedarf)

Gruppenleitung: Anneliese Holzmann  
Zeit: 17.30-18.30 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

vi. Muskelmäuschen Gruppe 2

Gruppenleitung: Anneliese Holzmann  
Zeit: 18:45-19.45 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

vii. Eisenbieger Gruppe 1

Gruppenleitung: Gerhard Sauerborn, Gerhard Holzmann  
Zeit: 20.00-21.00 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

b. Sportangebot am Dienstag

i. Muskelmäuschen Gruppe 3

Gruppenleitung: Evi Polterauer  
Zeit: dienstags, 8.00-9.00 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

ii. Muskelmäuschen Gruppe 4

Gruppenleitung: Elinor Brehm  
Zeit: dienstags, 9.15-10.15 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

c. Sportangebot am Mittwoch

i. Aerobic

Gruppenleitung: Susi Tintemann  
Zeit: mittwochs, 9.00-9.45 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Lohmühlhalle

ii. Bauch-Beine-Po

Gruppenleitung: Susi Tintemann  
Zeit: mittwochs, 10.00-10.30 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Lohmühlhalle

iii. Funktionelle Rückengymnastik

Gruppenleitung: Inge Lochner  
Zeit: mittwochs, 19.00-19.45 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Jahnstraße/Training im kleinen Hallenteil

iv. Fitnessgymnastik

Gruppenleitung: Jörg Müller  
Zeit: mittwochs, 20.00-21.00 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Jahnstraße/Training im großen Hallenteil

v. Gerätturnen weiblich

Gruppenleitung: René Lochner, Bea Lochner, Judith Kram, Katja Regner (Heike Wagener)  
Zeit: mittwochs, 18.00-19.45 Uhr  
Treffpunkt: Gruppe Heike Wagener  
=> Eingang Schulturnhalle Schulstraße

Gruppen Judith Kram, Katja Regner  
=> Eingang Schulturnhalle Jahnstraße

vi. Gymnastik für Senioren

Gruppenleitung: Inge Lochner  
Zeit: mittwochs, 15.30-16.30 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Schulstraße

vii. Muskelmäuschen Gruppe 5

Gruppenleitung: Gudrun Müller  
Zeit: mittwochs, 8.00-9.00 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

viii. Muskelmäuschen Gruppe 6

Gruppenleitung: Elinor Brehm  
Zeit: mittwochs, 9.15-10.15 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

ix. Eisenbieger Gruppe 2

Gruppenleitung: Gerhard Sauerborn, Gerhard Holzmann  
Zeit: mittwochs, 18.45-19.45 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

x. Eisenbieger Gruppe 3 (nur bei Bedarf)

Gruppenleitung: Gerhard Sauerborn  
Zeit: mittwochs, 20.00-21.00 Uhr  
Treffpunkt: Eingang altes Rathaus  
Auslass: Eingang altes Rathaus

xi. TG-Linos

Gruppenleitung: Anna Wolf, Marie Schramm  
Zeit: mittwochs, 16:45-17:45 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Schulstraße

d. Sportangebot am Donnerstag

i. Turnzwerge

Gruppenleitung: Kathrin Oppel  
Zeit: Gruppe 1, donnerstags, 15.30-16.30 Uhr  
Schulturnhalle komplett

Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Schulstraße

Gruppe 2, donnerstags, 16.45 – 17.45  
Schulturnhalle großer Teil

Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Schulstraße

ii. Muskelmäuschen Gruppe 7

Gruppenleitung: Evi Polteraer  
Zeit: donnerstags, 18.45-19.45 Uhr

Treffpunkt: Eingang altes Rathaus

Auslass: Eingang altes Rathaus

iii. Muskelmäuschen Gruppe 8

Gruppenleitung: Patrizia Hilden  
Zeit: donnerstags, 20.00-21.00 Uhr

Treffpunkt: Eingang altes Rathaus

Auslass: Eingang altes Rathaus

e. Sportangebot am Freitag

i. Fit for Fun Girls (Step-Aerobic)

Gruppenleitung: Susi Tintemann  
Zeit: freitags, 16.00-16.45 Uhr  
Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Schulstraße

ii. Rope Skipping

Gruppenleitung: Annika Milton, Emma Ohlmeyer  
Zeit: freitags, 17.00-17.45 Uhr (bei Nutzung des  
Außengeländes bis 18.00 Uhr)

Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Jahnstraße

Hinweis: Training findet bei gutem Wetter auf dem  
Außengelände, bei schlechtem Wetter in der  
Schulturnhalle statt

iii. Gerätturnen weiblich/männlich

Gruppenleitung: Judith Kram, Katja Regner, Jan Hartmann, Wolfgang  
Utz

Zeit: freitags, 18.00-20.00 Uhr

Treffpunkt: Gruppen Judith Kram, Katja Regner  
=> Eingang Schulturnhalle Jahnstraße

Gruppe Jan Hartmann, Wolfgang Utz  
=> Eingang Schulturnhalle Schulstraße

iv. „Fit und entspannt ins Wochenende“

Gruppenleitung: Susi Tintemann  
Zeit: freitags, 18:00-19:00, Kraftraum  
Treffpunkt: Eingang Schulturnhalle Schulstraße

## **Teil II (Anlagen)**

### **Abteilungs- und gruppenspezifische Regelungen und Vorgaben**

- Anlage 1a Spezielle Regelungen und Vorgaben der Abteilung Gerätturnen
- Anlage 1b Spezielle Regelungen und Vorgaben für die Gruppen „Turnmäuse“ der Abteilung Kinder und Jugend
- Anlage 1c Spezielle Regelungen und Vorgaben für die Gruppe „Turnzwerge“ der Abteilung Kinder und Jugend
- Anlage 1d Spezielle Regelungen für „Muskelmäuschen“ und „Eisenbieger“ (Kraftraumgruppen)
- Anlage 1e Spezielle Regelungen für die Gruppe „Fit und entspannt ins Wochenende“
- Anlage 1f Spezielle Regelungen und Vorgaben für die Gruppe „TG-Linos“ der Abteilung Kinder und Jugend
- Anlage 2 Checkliste Gruppenleiter
- Anlage 3 Selbstauskunftsbogen
- Anlage 4 Bestätigung der Kenntnisnahme – GruppenleiterInnen
- Anlage 5 Bestätigung der Kenntnisnahme – SportlerInnen

## Anlage 1a – Abteilung Gerättturnen

Diese Anlage enthält spezifische Vorgaben, Regelungen und Hinweise zur Durchführung des Geräteturntrainings, die von allen Gruppen zu beachten sind. Bitte kontaktiert bei Fragen und Unklarheiten die Abteilungsleiterin.

### 1. Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln

Die Abteilung Gerättturnen weist alle Gruppenleiter, TurnerInnen sowie Eltern darauf hin, dass bei einigen unserer Geräte eine Desinfektion (Anwendung einer ethanolhaltigen Lösung) bzw. eine anderweitige Reinigung (Seifenlauge) Probleme nach sich ziehen würde und daher voraussichtlich unterbleiben sollte. Es handelt sich dabei um folgende Dinge:

- a. Reckstangen  
Abrutschgefahr bei Stangen ohne genügende Magnesiaauflage!
- b. Barrenholme  
Abrutschgefahr bei Holmen ohne genügende Magnesiaauflage!
- c. Wettkampfringe  
Abrutschgefahr bei ungenügender Magnesiaauflage!
- d. Bodenläufer (Beschädigung der Fleeceoberfläche)
- e. Niedersprungmatten (Beschädigung der Fleeceoberfläche)
- f. Sprungtisch (Beschädigung der Velourlederoberfläche)
- g. Balken (Beschädigung des Bezugs)
- h. Bodenuntergrund (Schäden am Holz)
- i. Weichböden (Versprödung der Kunststoffhülle bzw. Rutschgefahr)
- j. Schaumstoffschnitzel der Schnitzelgrube

Die Behandlung folgender Geräte erfolgt zunächst zu Testzwecken nur an unauffälligen Stellen:

- k. Pauschenpferd
- l. Minikästen
- m. Große Kästen

Wir bitten um Verständnis, dass eine Benutzung dieser Geräte für Sie bzw. für Ihre Kinder nur dann möglich ist, wenn Sie uns durch Ihre Unterschrift versichern, dass Sie die oben genannten Einschränkungen zur Kenntnis genommen und akzeptiert haben. Bitte geben Sie Ihrem Kind daher zum ersten Training den ausgefüllten Abschnitt (s. Seite 16) mit.

## 2. Planung des Trainingsbetriebes

Es ist selbstverständlich, dass das Training der Gerätturngruppen in der aktuellen Situation nur bei sorgfältiger Planung und Vorbereitung durchgeführt werden kann. Daher bitten wir um Ihre Mithilfe, indem Sie die folgenden Regeln befolgen:

### a. Abmeldung bei Verhinderung bzw. Nichtteilnahme am Training

Bitte unterrichten Sie den zuständigen Gruppenleiter spätestens am Vortag, falls Sie/Ihr Kind an einem Training nicht teilnehmen wird. Der Gruppenleiter geht grundsätzlich davon aus, dass alle Gruppenmitglieder erscheinen werden.

Natürlich ist es auch möglich, sich bzw. ein Kind im Vorfeld für eine Reihe von Trainingsstunden zu entschuldigen.

- ### b. Bitte bringen Sie (bzw. geben Sie Ihrem Kind) ein großes, frischgewaschenes Badetuch mit. Da wir voraussichtlich sehr häufig mit den kleinen blauen Matten arbeiten werden (z. B. Zirkeltraining, Aufwärmgymnastik etc.), können wir durch Auflegen der Badetücher dafür sorgen, dass – gerade im Sommer - möglichst wenig Schweiß auf die Matten gelangt. Die Benutzung des Hallenbodens für diese Zwecke ist ungünstig, da wir kaum in der Lage sein werden, nach jedem Training den gesamten Hallenboden zu desinfizieren. Ebenso ist es kontraproduktiv, bei schweißtreibenden Stationen generell die Bodenläufer zu verwenden.
- ### c. Bitte achten Sie darauf, dass Sie bzw. Ihr Kind nicht barfuß Sport treiben.
- ### d. Bitte beachten Sie die Abstandswahrung und die Pflicht zum Tragen eines Mund-Nase-Schutzes (FFP2) beim Warten auf Einlass zu den Sportstätten. Sorgen Sie dafür, dass Sie bzw. Ihr Kind den in der Auflistung des Sportbetriebs zugewiesenen Eingang als Wartebereich nützt.
- ### e. Einige Geräte werden zur Vermeidung des Übergangs zwischen den einzelnen Trainingsgruppen farblich markiert. Es handelt sich dabei um die Reckstangen und um – wenn möglich – um die Magnesiawägen. Es gilt folgender Farbcode:
- i. Gelb => Gruppe Heike Wagener
  - ii. Grün => Gruppe Bea Lochner und Judith Kram
  - iii. Rot => Gruppe Katja Regner
  - iv. Blau => Gruppe Jan Hartmann und Wolfgang Utz

**Bitte beachten Sie die Seite 16!**

Herzlichen Dank für Ihre Mithilfe und viele Grüße

Ihre Gruppenleiter Gerätturnen

### **Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln**

Hiermit bestätige ich/bestätigen wir, dass ich/wir die auf Seite 14 genannten Abweichungen bei der Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln zur Kenntnis genommen habe/n.

Ich möchte/unser Kind darf die aufgelisteten Geräte  benützen  
 nicht benützen

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname der Turnerin/des Turners

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschriften der ges. Vertreter)



## Anlage 1b – Gruppen Turnmäuse (Abteilung Kinder und Jugend)

Diese Anlage enthält spezifische Vorgaben, Regelungen und Hinweise für die Gruppen der „Turnmäuse“, die von allen Gruppenmitgliedern zu beachten sind. Bitte kontaktiert bei Fragen und Unklarheiten die Abteilungsleiterin.

### 1. Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln

Die Abteilung Kinder und Jugend weist alle Gruppenleiter, Kinder sowie Eltern darauf hin, dass bei einigen unserer Geräte eine Desinfektion (Anwendung einer ethanolhaltigen Lösung) bzw. eine anderweitige Reinigung (Seifenlauge) Probleme nach sich ziehen würde und daher unterbleiben sollte. Es handelt sich dabei um folgende Dinge:

- a. Reckstangen  
Abrutschgefahr bei Stangen!
- b. Barrenholme  
Abrutschgefahr bei Holmen!
- c. Ringe  
Abrutschgefahr!
- d. Bodenläufer (Beschädigung der Fleeceoberfläche)
- e. Niedersprungmatten (Beschädigung der Fleeceoberfläche)
- f. Balken (Beschädigung des Bezugs)
- g. Weichböden (Versprödung der Kunststoffhülle bzw. Rutschgefahr)
- h. Schaumstoffschnitzel der Schnitzelgrube
- i. Kästen/Minikästen
- j. weitere Geräte, die speziell im Kinder- und Jugendsport eingesetzt werden

Eine Desinfektion ist momentan nur für die normalen blauen Matten vorgesehen.

Wir bitten um Verständnis, dass eine Benutzung dieser Geräte für Sie bzw. für Ihre Kinder nur dann möglich ist, wenn Sie uns durch Ihre Unterschrift versichern, dass Sie die oben genannten Einschränkungen zur Kenntnis genommen und akzeptiert haben. Bitte geben Sie Ihrem Kind daher zum ersten Training den ausgefüllten Abschnitt (s. Seite 19) mit.

## 2. Planung des Trainingsbetriebes

### **Gruppeneinteilung:**

Die Einteilung der Gruppen, die Zuteilung der im Sportangebot genannten Trainingszeiten und weitere Einzelheiten werden separat durch die GruppenleiterInnen kommuniziert.

### **Vorbereitung**

Vor dem ersten Besuch der Turnstunde muss das Hygienekonzept der TG Röttenbach aufmerksam durchgelesen werden. ([www.tg-roettenbach.de](http://www.tg-roettenbach.de)).

**Einmalig** zur ersten Turnstunde müssen folgende Formulare ausgefüllt und unterschrieben mitgebracht werden:

- „Bestätigung der Kenntnisnahme – SportlerInnen“ (Kenntnisnahme des aktuellen Hygienekonzepts) => s. Anlage
- „Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln“ (da Materialschäden an den Geräten entstehen, können nur ausgewählte Geräte desinfiziert werden) => s. Seite 19

### **Ankommen**

Die Kinder werden an der Turnhallentüre (Eingang Schulstraße) von den Gruppenleitern abgeholt, weshalb ein pünktliches Ankommen wichtig ist. Die Hände der Kinder werden mit Seife gründlich gewaschen und ggf. desinfiziert. Das Kind zieht nur die Schuhe aus und geht direkt zu einem Reifen, der sich in der Halle befindet. Dort wird die Jacke ausgezogen und die Trinkflasche gelagert. Bitte bereits in Sportkleidung kommen.

### **Ankommen/Verlassen der Halle**

Die Halle darf nur über den Ein-/Ausgang Schulstraße betreten/verlassen werden.

Da zwei Gruppen hintereinander turnen, darf es zu keiner Durchmischung kommen. Alle Teilnehmer der zweiten Gruppe müssen vor dem Gebäude warten, bis der Gruppenleiter die Halle freigibt. Zwischen den beiden Kursen muss die Halle für 15 Minuten gelüftet werden (deshalb auch die kürzere Trainingszeit).

### **Umziehen**

Die Umkleidekabinen sind geschlossen. Die Schuhe werden vor der Halle ausgezogen. Die Kleidung wird im Reifen ausgezogen/angezogen und gelagert. Während der Turnstunde müssen von allen TeilnehmerInnen Turnschuhe/Schlappchen/Stoppersocken getragen werden. Barfuß-Turnen ist aus hygienischen Gründen untersagt.

### **Eltern:**

Eltern dürfen leider nicht mehr mit in Turnhalle. Bitte bringen und holen Sie Ihre Kinder pünktlich.

**Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln („Turnmäuse“)**

Hiermit bestätige ich/bestätigen wir, dass ich/wir die auf Seite 17 genannten Abweichungen bei der Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln zur Kenntnis genommen habe/n.

Unser Kind darf die aufgelisteten Geräte

benützen

nicht benützen

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname des Kindes

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschriften der ges. Vertreter)

## Anlage 1c – Gruppe Turnzwerge (Abteilung Kinder und Jugend)

Diese Anlage enthält spezifische Vorgaben, Regelungen und Hinweise zur Durchführung des Kinderturnens der „Turnzwerge“, die von allen Teilnehmern zu beachten sind. Bitte kontaktiert bei Fragen und Unklarheiten die Gruppenleiterin.

### 1. Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln

Die Abteilung Kinder und Jugend weist alle Gruppenleiter, Kinder sowie Eltern darauf hin, dass bei einigen unserer Geräte eine Desinfektion (Anwendung einer ethanolhaltigen Lösung) bzw. eine anderweitige Reinigung (Seifenlauge) Probleme nach sich ziehen würde und daher unterbleiben sollte. Es handelt sich dabei um folgende Dinge:

- a. Reckstangen  
Abrutschgefahr bei Stangen!
- b. Barrenholme  
Abrutschgefahr bei Holmen!
- c. Ringe  
Abrutschgefahr!
- d. Bodenläufer (Beschädigung der Fleeceoberfläche)
- e. Niedersprungmatten (Beschädigung der Fleeceoberfläche)
- f. Balken (Beschädigung des Bezugs)
- g. Weichböden (Versprödung der Kunststoffhülle bzw. Rutschgefahr)
- h. Schaumstoffschnitzel der Schnitzelgrube
- i. Kästen/Minikästen
- j. weitere Geräte, die speziell im Kinder- und Jugendsport eingesetzt werden

Eine Desinfektion ist momentan nur für die normalen blauen Matten, für Hütchen und Tücher sowie für Reifen vorgesehen.

Wir bitten um Verständnis, dass eine Benutzung dieser Geräte für Sie bzw. für Ihre Kinder nur dann möglich ist, wenn Sie uns durch Ihre Unterschrift versichern, dass Sie die oben genannten Einschränkungen zur Kenntnis genommen und akzeptiert haben. Bitte geben Sie Ihrem Kind daher zum ersten Training den ausgefüllten Abschnitt (s. Seite 23) mit.

## 2. Planung des Trainingsbetriebs

### **Gruppeneinteilung:**

Durch das steigende Interesse am Kinderturnen werden die Teilnehmenden ab dem 12.11.2020 auf zwei zeitlich getrennte Gruppen aufgeteilt. Gruppe 1: 15:30-16:30 Uhr (gesamte Schulturnhalle), Gruppe 2: 16:45-17:45 (Schulturnhalle großer Teil). In der Zwischenpause (16:30-16:45) wird die Halle gründlich gelüftet.

### **Vorbereitung**

Vor dem ersten Besuch der Turnstunde muss das Hygienekonzept der TG Röttenbach aufmerksam durchgelesen werden. ([www.tg-roettenbach.de](http://www.tg-roettenbach.de)).

**Einmalig** zur ersten Turnstunde müssen folgende Formulare ausgefüllt mitgebracht werden:

- „Bestätigung der Kenntnisnahme – SportlerInnen“ (Kenntnisnahme des aktuellen Hygienekonzepts) => s. Anlage
- „Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln“ (da Materialschäden an den Geräten entstehen, können nur ausgewählte Geräte desinfiziert werden) => s. Seite 23

### **Ankommen/ Verlassen der Halle**

Die Halle darf nur über den Ein-/Ausgang Schulstraße betreten/verlassen werden.

Da zwei Gruppen hintereinander turnen, darf es zu keiner Durchmischung kommen. Alle Teilnehmer der zweiten Gruppe müssen vor dem Gebäude warten, bis der Gruppenleiter die Halle freigibt. Zwischen den beiden Kursen muss die Halle für 15 Minuten gelüftet werden.

Die Eltern betreten die Turnhalle zusammen mit ihrem Kind/ihren Kindern über den Eingang „Schulstraße“. Die Erwachsenen müssen eine FFP2-Maske tragen und ihre Hände desinfizieren; die Hände der Kinder werden vor Ort gründlich mit Seife gewaschen und ggf. desinfiziert. Die Schuhe werden vor der Halle ausgezogen/gewechselt. Eltern und Kinder gehen direkt zu einem Reifen, der sich in der Halle befindet. Dort wird die Jacke ausgezogen und die Trinkflasche gelagert. Bitte bereits in Sportkleidung kommen. Beim Verlassen der Halle müssen Erwachsene ebenfalls eine FFP2-Maske tragen. Der Ausgang erfolgt auch über die Schulstraße.

### **Umziehen**

Die Umkleidekabinen sind geschlossen. Die Schuhe werden vor der Halle ausgezogen. Die Kleidung wird im Reifen ausgezogen/angezogen und gelagert. Während der Turnstunde müssen von allen Beteiligten Turnschuhe/Schläppchen/Stoppersocken getragen werden. Das Barfuß Turnen ist aus hygienischen Gründen untersagt.

### **Toilette**

Es darf nur die Toilette beim Eingang Schulstraße benutzt werden. Der dazugehörige Schlüssel kann beim Übungsleiter abgeholt werden. Die WC-Räumlichkeiten dürfen nur von einer Familie gleichzeitig benutzt werden.

### **Kleingeräte/Materialien**

Die Eltern werden rechtzeitig darüber informiert, welche Kleingeräte/Materialien von zuhause mitgebracht werden können (z.B. Bälle, Tücher etc.)

Ausgewählte Kleingeräte z.B. Hütchen, Tücher werden desinfiziert/gewaschen.

### **Aufbau der Geräte**

Während des Aufbaus muss von den Erwachsenen eine FFP2-Maske getragen werden. Die Eltern achten auf die Einhaltung des Abstands auch bei ihren Kindern.

### **Ablauf der Turnstunde**

Wir starten gemeinsam mit unserem normalen Anfangsritual im Kreis. Jede Familie sitzt hierbei in ihrem Reifen (=> Abstand zu den anderen Familien).

Zum Aufwärmen wird ein Bewegungslied eingesetzt (z.B. 1,2,3 im Sauseschritt). Die Eltern achten dabei auf den notwendigen Abstand zu den anderen Familien.

Das Turnen an Geräten erfolgt leider nicht mehr frei, sondern als Stationsbetrieb.

Eine Familie zählt hierbei als eine Einheit. Nun werden Kleingruppen von ca. 3-5 Einheiten gebildet. Diese Kleingruppe startet an einer zugeteilten Station und darf nun eine gewisse Zeit dort turnen. Bei Musikstopp wechselt die komplette Gruppe im Uhrzeigersinn eine Station weiter. Das geschieht solange bis jeder an jedem Gerät turnen durfte.

Pause darf nur im eigenen Reifen gemacht werden.

Nach dem Abbau spielen wir ein Spiel ohne Körperkontakt (z.B. „Feuer, Wasser, Blitz“) bei dem sich die Teilnehmer frei in der Halle bewegen können. Die Eltern achten auch hier wieder auf die Einhaltung des Abstandes. Im Sitzkreis werden wir dann wie gewohnt unsere Abschlussrunde durchführen.

### **Abbau der Geräte**

Während des Abbaus der Geräte muss von den Erwachsenen eine FFP2-Maske getragen werden. Ausgewählte Geräte müssen desinfiziert werden.

## Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln („Turnzwerge“)

Hiermit bestätige ich/bestätigen wir, dass ich/wir die auf Seite 20 genannten Abweichungen bei der Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln zur Kenntnis genommen habe/n.

Unser Kind darf die aufgelisteten Geräte

benützen

nicht benützen

---

Name, Vorname des Kindes

---

Datum

---

Unterschrift

## **Anlage 1d – „Muskelmäuschen“ und „Eisenbieger“ (Kraftraumgruppen)**

Diese Anlage enthält spezifische Vorgaben, Regelungen und Hinweise für die Gruppen der „Muskelmäuschen“ und „Eisenbieger“, die von allen Gruppenmitgliedern zu beachten sind. Bitte kontaktiert bei Fragen und Unklarheiten die jeweiligen Gruppenleiter.

### 1. Zugang zum Kraftraum

Das Erdgeschoss des alten Schulhauses wird werktags bis 15 Uhr vom Kindergarten genützt. Eine Durchmischung der Sportgruppen mit den Kindergruppen muss stets vermieden werden. Hierbei kommt den jeweiligen Gruppenleitern eine besondere Verantwortung zu.

Die Toiletten im Erdgeschoss dürfen nicht genutzt werden, solange sich die Kindergartengruppen auf dieser Ebene aufhalten. Die Sportlerinnen und Sportler müssen die WCs im 1. Stock aufsuchen.

### 2. Verlassen des Kraftraumes bzw. des alten Schulhauses

Beim Verlassen des Kraftraumes bzw. des alten Schulhauses ist zwingend darauf zu achten, dass der Türgriff auf der Innenseite der Eingangstüre des alten Rathauses nicht berührt werden darf. Dieser Griff ist alarmgesichert, da ein Verlassen des Rathauses durch ein im Kindergarten betreutes Kind sofort bemerkt werden muss. Bitte warten Sie daher, bis Ihr Gruppenleiter die Türe freigibt.

### 3. Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln / Händedesinfektion / Vermeidung von Kontaminationen

Die Gruppenleiter der Muskelmäuschen und Eisenbieger weisen alle Sportlerinnen und Sportler darauf hin, dass eine generelle Desinfektion der Geräte im Kraftraum (Anwendung einer ethanolhaltigen Lösung) bzw. eine anderweitige Reinigung (Seifenlauge) Probleme nach sich ziehen würde und daher unterbleiben sollte. Daher kommt der eingehenden Händedesinfektion zum Beginn und Ende der Sportstunde eine besondere Bedeutung zu.

Zugleich sind die TeilnehmerInnen und Teilnehmer aufgefordert, zu jeder der Kraftraumstunden ein eigenes sauberes Handtuch mitzubringen. Diese wird zur Abdeckung der Sitzpolster/Lehnen der Kraftraumstationen benutzt und jeweils von Station zu Station mitgeführt. Damit werden großflächige Kontaminationen der Polsteroberflächen weitestgehend unterbunden.

### 4. Lüften

Die Gruppenleiter achten auf ordentliches Durchlüften des Raumes (vor allem nach dem Ende der jeweiligen Stunde).

### 5. Gruppeneinteilung

Jede Gruppe umfasst maximal 8 Sportlerinnen und Sportler sowie eine Gruppenleiterin/einen Gruppenleiter. Die jeweiligen Sportler müssen einer Gruppe fest zugeteilt sein. Ein Wechsel der Gruppenzusammensetzung ist möglichst zu vermeiden.



## 6. Formulare/Unterlagen

Vor der ersten Teilnahme muss das Hygienekonzept der TG Röttenbach aufmerksam durchgelesen werden. ([www.tg-roettenbach.de](http://www.tg-roettenbach.de)).

**Einmalig** zur ersten Stunde müssen folgende Formulare ausgefüllt und unterschrieben mitgebracht werden:

- „Bestätigung der Kenntnisnahme – SportlerInnen“ (Kenntnisnahme des aktuellen Hygienekonzepts) => s. Anlage
- „Bestätigung der Kenntnisnahme der speziellen Regelungen für „Muskelmäuschen“ und „Eisenbieger“ (Kraftraumgruppen) => s. Seite 26

**Bestätigung der Kenntnisnahme der speziellen Regelungen für  
„Muskelmäuschen“ und „Eisenbieger“ (Kraftraumgruppen)**

Hiermit bestätige ich, dass ich die auf den Seiten 24-25 genannten Punkte zur Kenntnis genommen habe.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

## Anlage 1e – „Fit und entspannt ins Wochenende“ (Kraftraum)

Diese Anlage enthält spezifische Vorgaben, Regelungen und Hinweise für die Gruppe „Fit und entspannt ins Wochenende“, die von allen Gruppenmitgliedern zu beachten sind. Bitte kontaktiert bei Fragen und Unklarheiten die jeweiligen Gruppenleiter.

### 1. Verlassen des Kraftraumes bzw. des alten Schulhauses

Beim Verlassen des Kraftraumes bzw. des alten Schulhauses ist zwingend darauf zu achten, dass der Türgriff auf der Innenseite der Eingangstüre des alten Rathauses nicht berührt werden darf. Dieser Griff ist alarmgesichert, da ein Verlassen des Rathauses durch ein im Kindergarten betreutes Kind sofort bemerkt werden muss. Bitte warten Sie daher, bis Ihr Gruppenleiter die Türe freigibt.

### 2. Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln / Händedesinfektion / Vermeidung von Kontaminationen

Die TeilnehmerInnen bringen jeweils eine eigene Matte mit. Da keine anderen Sportgeräte verwendet werden, kann auf eine Desinfektion von Gerätschaften verzichtet werden.

Eine Handdesinfektion muss dennoch vor und nach der Stunde erfolgen.

### 3. Lüften

Die Gruppenleiterin achtet auf ordentliches Durchlüften des Raumes.

### 4. Gruppeneinteilung

Die Gruppe umfasst maximal 8 Sportlerinnen und Sportler sowie eine Gruppenleiterin/einen Gruppenleiter. Ein Wechsel der Gruppenzusammensetzung ist möglichst zu vermeiden.

### 5. Formulare/Unterlagen

Vor der ersten Teilnahme muss das Hygienekonzept der TG Röttenbach aufmerksam durchgelesen werden. ([www.tg-roettenbach.de](http://www.tg-roettenbach.de)).

**Einmalig** zur ersten Stunde müssen folgende Formulare ausgefüllt und unterschrieben mitgebracht werden:

- „Bestätigung der Kenntnisnahme – SportlerInnen“ (Kenntnisnahme des aktuellen Hygienekonzepts) => s. Anlage
- „Bestätigung der Kenntnisnahme der speziellen Regelungen für das Angebot „Fit und entspannt ins Wochenende“ => s. Seite 28

**Bestätigung der Kenntnisnahme der speziellen Regelungen für die Gruppe „Fit und entspannt ins Wochenende“ (Kraftraum)**

Hiermit bestätige ich, dass ich die auf den Seiten 27 genannten Punkte zur Kenntnis genommen habe.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

## **Anlage 1f – Gruppe TG-Linos (Abteilung Kinder und Jugend)**

Diese Anlage enthält spezifische Vorgaben, Regelungen und Hinweise zur Durchführung des Sportbetriebs der „TG-Linos“, die von allen Teilnehmern zu beachten sind. Bitte kontaktiert bei Fragen und Unklarheiten die Gruppenleiterin.

### 1. Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln

Die Abteilung Kinder und Jugend weist alle Gruppenleiter, Kinder sowie Eltern darauf hin, dass bei einigen unserer Geräte eine Desinfektion (Anwendung einer ethanolhaltigen Lösung) bzw. eine anderweitige Reinigung (Seifenlauge) Probleme nach sich ziehen würde und daher unterbleiben sollte. Es handelt sich dabei um folgende Dinge:

- a. Reckstangen  
Abrutschgefahr bei Stangen!
- b. Barrenholme  
Abrutschgefahr bei Holmen!
- c. Ringe  
Abrutschgefahr!
- d. Bodenläufer (Beschädigung der Fleeceoberfläche)
- e. Niedersprungmatten (Beschädigung der Fleeceoberfläche)
- f. Balken (Beschädigung des Bezugs)
- g. Weichböden (Versprödung der Kunststoffhülle bzw. Rutschgefahr)
- h. Schaumstoffschnitzel der Schnitzelgrube
- i. Kästen/Minikästen
- j. weitere Geräte, die speziell im Kinder- und Jugendsport eingesetzt werden

Eine Desinfektion ist momentan nur für die normalen blauen Matten, für Hütchen und Tücher sowie für Reifen vorgesehen.

Wir bitten um Verständnis, dass eine Benutzung dieser Geräte für Sie bzw. für Ihre Kinder nur dann möglich ist, wenn Sie uns durch Ihre Unterschrift versichern, dass Sie die oben genannten Einschränkungen zur Kenntnis genommen und akzeptiert haben. Bitte geben Sie Ihrem Kind daher zum ersten Training den ausgefüllten Abschnitt (s. Seite 31) mit.

### 2. Planung des Trainingsbetriebs

#### **Gruppeneinteilung:**

Sollten die Gruppe mehr als 20 Kinder umfassen, so muss sie geteilt werden. Der Trainingsbetrieb fände in diesem Falle dann im wöchentlichen Wechsel statt.

## **Vorbereitung**

Vor dem ersten Besuch der Turnstunde muss das Hygienekonzept der TG Röttenbach aufmerksam durchgelesen werden. ([www.tg-roettenbach.de](http://www.tg-roettenbach.de)).

**Einmalig** zur ersten Turnstunde müssen folgende Formulare ausgefüllt mitgebracht werden:

- „Bestätigung der Kenntnisnahme – SportlerInnen“ (Kenntnisnahme des aktuellen Hygienekonzepts) => s. Anlage
- „Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln“ (da Materialschäden an den Geräten entstehen, können nur ausgewählte Geräte desinfiziert werden) => s. Seite 31

## **Ankommen/ Verlassen der Halle**

Die Kinder werden an der Turnhallentüre (Eingang Schulstraße) von den Gruppenleitern abgeholt, weshalb ein pünktliches Ankommen wichtig ist. Die Hände der Kinder werden mit Seife gründlich gewaschen und ggf. desinfiziert. Das Kind zieht nur die Schuhe aus und geht direkt zu einem Reifen, der sich in der Halle befindet. Dort wird die Jacke ausgezogen und die Trinkflasche gelagert. Bitte bereits in Sportkleidung kommen. Die Halle darf nur über den Ein-/Ausgang Schulstraße betreten/verlassen werden. Die Halle muss im Anschluss für 15 Minuten gelüftet werden.

## **Umziehen**

Die Umkleidekabinen sind geschlossen. Die Schuhe werden vor der Halle ausgezogen. Die Kleidung wird im Reifen ausgezogen/angezogen und gelagert. Während der Turnstunde müssen von allen Beteiligten Turnschuhe/Schlappchen/Stoppersocken getragen werden. Barfuß-Turnen ist aus hygienischen Gründen untersagt.

## **Toilette**

Es darf nur die Toilette beim Eingang Schulstraße benutzt werden. Der dazugehörige Schlüssel kann beim Übungsleiter abgeholt werden. Die WC-Räumlichkeiten dürfen nur von einer einzelnen Person gleichzeitig benutzt werden.

## **Kleingeräte/Materialien**

Die Eltern werden rechtzeitig darüber informiert, welche Kleingeräte/Materialien von zuhause mitgebracht werden können (z.B. Bälle, Tücher etc.). Ausgewählte Kleingeräte z.B. Hütchen, Tücher werden desinfiziert/gewaschen.

## **Aufbau und Abbau der Geräte**

Während des Aufbaus/Abbaus muss eine FFP2-Maske getragen werden.

## **Eltern**

Eltern dürfen leider nicht mehr mit in die Turnhalle kommen. Bitte bringen und holen Sie Ihre Kinder pünktlich.

**Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln („TG-Linos“)**

Hiermit bestätige ich/bestätigen wir, dass ich/wir die auf Seite 29 genannten Abweichungen bei der Desinfektion von Geräten und Hilfsmitteln zur Kenntnis genommen habe/n.

Unser Kind darf die aufgelisteten Geräte

benützen

nicht benützen

---

Name, Vorname des Kindes

---

Datum

---

Unterschrift

## Anlage 2 – Checkliste Gruppenleiter

### VOR JEDEM TRAINING

Maßnahmen	erledigt
✓ Konzeption eines an die DTB-Übergangsregeln und vereinspezifischen „Corona-Regeln“ angepassten Trainings!	<input type="checkbox"/>
✓ Gerätebedarf planen	<input type="checkbox"/>
✓ Geräteaufbau planen und ggf. mit Helfern koordinieren	<input type="checkbox"/>
✓ Kontaktaufnahme mit den Sporttreibenden → Evtl. Mitbringen von eigenen Trainingsmaterialien klären → FFP2-Maske → Handtuch → Eigene Hand- oder Spielgeräte (wie z.B. Theraband, Ball) → Trinkflasche	<input type="checkbox"/>

### VOR ORT

Maßnahmen	erledigt
✓ Kontaktloser Outdoor-Sport Einsammeln und Kontrolle der Selbstauskunftsbögen SportlerInnen, die eine der gestellten Fragen mit „ja“ beantwortet haben, dürfen nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen	<input type="checkbox"/>
✓ Kontaktloser Indoor-Sport  Je nach Inzidenz und Gruppengröße (s. Teil I.): Vorlage des negativen Resultats eines Corona-Tests bzw. Durchführung und Kontrolle von Selbsttests. Letztere müssen zu Beginn der Sportstunde außerhalb der Halle unter Aufsicht des Übungs-/Gruppenleiters durchgeführt werden.	<input type="checkbox"/>
✓ Tragen der FFP2-Maske kontrollieren	<input type="checkbox"/>
✓ Anlegen einer eigenen Anwesenheitsliste. Die Art des vorliegenden negativen Testergebnisses ist ebenfalls festzuhalten (PCR/AG/ST)	<input type="checkbox"/>
✓ Vorab-Händedesinfektion durchführen	<input type="checkbox"/>
✓ Händedesinfektion nach jedem Gerätewechsel (v. a. für Gerätturnen wichtig) Nicht Durchzuführen bei typischen „Turnblasen“ an den Händen	<input type="checkbox"/>
✓ Durchgehen der wichtigsten Regeln (u. a. auch Ab- bzw. Rückmelden bei WC-Benutzung)	<input type="checkbox"/>
✓ Indoor-Training: Türen/Dachfenster in der Halle öffnen (geöffnet lassen) und gut durchlüften.	
✓ Koordination des Geräteauf-/abbaus	<input type="checkbox"/>
✓ Optische Trennung zwischen den Trainingsgruppen gewährleisten (Absperrband etc.)	<input type="checkbox"/>
✓ Nur die am Trainingsbetrieb erforderlichen Personen (keine Eltern) betreten das Sportgelände! <b>Achtung: Aufsichtspflicht für Kinder und Jugendliche muss gewährleistet werden!</b>	<input type="checkbox"/>
✓ Jeder Sporttreibende erhält einen zugewiesenen Bereich für die Ablage des eigenen Equipments sowie für den Aufenthalt während der Pausenzeiten.	<input type="checkbox"/>



✓ Verzicht auf Partnerübungen	<input type="checkbox"/>
✓ Verzicht auf Hilfestellung	<input type="checkbox"/>

**NACH JEDEM TRAINING**

<b>Maßnahmen</b>	<b>erledigt</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Desinfektion (mind. 61% Alkoholgehalt) von benutzten Türklinken und Griffen, Lichtschaltern und sonstigen Halleneinrichtungen</li> <li>✓ Desinfektion der Hände</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Desinfektion (mind. 61% Alkoholgehalt) von benutzten Turn- und Sportgeräten, Kleingeräten, Bällen, Ablageflächen, Musikanlagen, Hilfsmitteln etc. Für empfindlichere Materialien verdünnte Seifenlauge verwenden</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Hinweis an die SportlerInnen, das Sportgeländes zügig über die vorgegebenen Ausgänge zu verlassen</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tragen der FFP2-Maske kontrollieren</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Lüften der Halle</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Kontrolle der Verfügbarkeit der Hygieneartikel</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

## Anlage 3 – Selbstauskunftsbogen SARS-CoV-2 Risiko

Erhebung personenbezogener Daten

<b>Name</b>	
<b>Vorname</b>	
<b>Geburtsdatum</b>	
<b>Adresse</b>	
<b>Telefon</b>	
<b>E-Mail</b>	
<b>Sportart</b>	

### Risiko-Evaluation

Bitte beantworten Sie die Fragen zur Einschätzung des Kontaktrisikos mit SARS-CoV-2	Ja	Nein
Haben Sie Vorerkrankungen, die nach Definition des RKI einen Risikofaktor darstellen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hatten Sie Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2 Fall innerhalb der letzten 14 Tagen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bestand in der Vergangenheit die Anordnung einer behördlichen Quarantäne im Zusammenhang mit SARS-CoV-2? Wenn ja, bitte Datum des Ablaufs der Anordnung angeben:	<input type="checkbox"/> -----	<input type="checkbox"/>
Waren sie in den letzten 14 Tagen im Ausland oder in einem Landkreis, der die gesetzliche Vorgabe von 50 Infizierten pro 100000 Einwohnern überschritten hat? Wenn ja, bitte aufführen wann/wo:	<input type="checkbox"/> -----	<input type="checkbox"/>

### Symptome-Evaluation

Bitte beantworten Sie die Fragen zur aktuellen klinischen Symptomatik! (bitte berücksichtigen Sie die letzten 14 Tage)	Ja	Nein
Fieber	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allgemeines Krankheitsgefühl, Kopf- und Gliederschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Husten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dyspnoe (Atemnot)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Geschmacks- und/oder Riechstörungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Halsschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rhinitis (Schnupfen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diarrhoe (Durchfall)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ort/Datum

Unterschrift SportlerIn/ges. Vertreter

## **Anlage 4 – Bestätigung der Kenntnisnahme – GruppenleiterInnen**

Hiermit bestätige ich, dass ich das Hygienekonzept der Turngemeinschaft Röttenbach erhalten und zur Kenntnis genommen habe. Die jeweils aktuelle Fassung, die sich an den in der Präambel genannten Vorgaben orientiert, kann ich auf der Vereinswebseite <http://www.tg-roettenbach.de> einsehen.

Mir ist bewusst, dass der Sportbetrieb meiner Gruppe nur unter Einhaltung der im Konzept genannten Regeln möglich ist.

---

Name, Vorname der Gruppenleiterin/des Gruppenleiters

---

Datum

---

Unterschrift

## Anlage 5 – Bestätigung der Kenntnisnahme – SportlerInnen\*

Hiermit bestätige ich, dass ich das Hygienekonzept der Turngemeinschaft Röttenbach erhalten und zur Kenntnis genommen habe. Die jeweils aktuelle Fassung, die sich an den in der Präambel genannten Vorgaben orientiert, kann ich auf der Vereinswebseite <http://www.tg-roettenbach.de> einsehen.

Mir ist bewusst, dass

- der Sportbetrieb nur unter Einhaltung der im Konzept genannten Regeln möglich ist
- ich/mein Kind zu jeder Sportstunde einen mit dem aktuellen Datum und meiner Unterschrift versehenen ausgefüllten Selbstauskunftsbogen mitbringen muss
- der Selbstauskunftsbogen vom jeweiligen Gruppenleiter für vier Wochen aufbewahrt und nach Ablauf dieser Frist vernichtet werden muss.

---

Name, Vorname der Sportlerin/des Sportlers

---

Datum

---

Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschriften der Erziehungsber.)

\*GerättturnerInnen bzw. deren Erziehungsberechtigte müssen zusätzlich das Formular „Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln“ ausfüllen und abgeben.

\*Die Erziehungsberechtigten der „Turnmäuse“ müssen zusätzlich das Formular „Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln („Turnmäuse“)" ausfüllen und abgeben.

\* Die Erziehungsberechtigten der „Turnzwerge“ müssen zusätzlich das Formular „Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln („Turnzwerge“)" ausfüllen und abgeben.

Die Erziehungsberechtigten der „TG-Linos“ müssen zusätzlich das Formular „Abweichungen bzgl. der Desinfektion von Geräten/Hilfsmitteln („TG-Linos“)" ausfüllen und abgeben.

\*Die TeilnehmerInnen am Angebot „Muskelmäuschen“ und „Eisenbieger“ müssen zusätzlich das Formular „Bestätigung der Kenntnisnahme der speziellen Regelungen für „Muskelmäuschen“ und „Eisenbieger“ (Kraftraumgruppen)" ausfüllen und abgeben.

\*Die TeilnehmerInnen am Angebot „Fit und entspannt ins Wochenende“ müssen zusätzlich das Formular „Bestätigung der Kenntnisnahme der speziellen Regelungen für die Gruppe „Fit und entspannt ins Wochenende“ (Kraftraum) ausfüllen und abgeben.