

Übergangsregeln für den Trainingsbetrieb der TSV Heusenstamm

Unter Einhaltung der nachfolgenden Regeln und einem hohen Maß an Disziplin ist die Aufnahme des Übungs- und Trainingsbetriebs grundsätzlich möglich. Diese Regeln orientieren sich an den zehn Leitplanken des DOSB vom 21.04.2020 und an den geltenden Verordnungen des Landes Hessen zur Bekämpfung des Coronavirus, zuletzt geändert am 11.06.2020. Die sportspezifischen Vorgaben der Fachverbände sind zu beachten.

Stufe 1 Trainingsbetrieb im Freiluftbereich

- Aufnahme des sportartunspezifischen Trainings (Athletiktraining und Ausdauertraining) im Freiluftbereich für alle Sportarten
- Die Anzahl der Teilnehmenden pro Trainingsgruppe ist abhängig von den geltenden Verordnungen.
- Trainingsbetrieb ist zulässig,
 - Mit mehr als 10 Personen, wenn er kontaktfrei bzw. unter Einhaltung eines Mindestabstands von 1,5 Meter ausgeübt wird.
 - Mit Kontakt in einer Gruppe mit höchstens 10 Personen stattfindet. Eine Durchmischung der Gruppen ist untersagt. Es dürfen mehrere Gruppen gleichzeitig das Trainingsgelände nutzen, wenn die Gruppen Abstand zueinander halten und eine feste Zuordnung von Trainern bzw. Übungsleitern zu einer Gruppe erfolgt.
- Auf risikobehaftete Übungen soll wenn möglich verzichtet werden. Es werden keine Hilfestellungen mit Körperkontakt durchgeführt. Ein Eingreifen des Trainers bei Unfall- oder Verletzungsgefahr ist davon ausgenommen.

Stufe 2 Trainingsbetrieb in der Halle

- Aufnahme des sportspezifischen Trainings in der Halle unter Berücksichtigung entsprechender Trainingsformen und -inhalte, um die vorgegebene Distanz wahren zu können und Körperkontakte zu vermeiden
- Riskante und neu zu erlernende Elemente und nicht beherrschbare Elemente sind in dieser Stufe zu vermeiden
- Die Anzahl der Teilnehmenden pro Trainingsgruppe ist abhängig von den geltenden Verordnungen.
- Trainingsbetrieb ist unter folgenden Regeln zulässig:
 - Mit mehr als 10 Personen, wenn er kontaktfrei bzw. unter Einhaltung eines Mindestabstands von 1,5 Meter ausgeübt wird.

- Mit Kontakt in einer Gruppe mit höchstens 10 Personen je Gruppe. Eine Durchmischung der Gruppen ist untersagt. Es dürfen mehrere Gruppen gleichzeitig das Trainingsgelände nutzen, wenn die Gruppen Abstand zueinander halten und eine feste Zuordnung von Trainern bzw. Übungsleitern zu einer Gruppe erfolgt.
- Es gelten folgende Maximalbelegungen:
 - Turnhalle: 3 Gruppen à 10 Personen oder
20 Personen mit jeweils mindestens 1,5 Metern Abstand
 - Kleiner Saal: 2 Gruppen à 8 Personen oder
10 Personen mit jeweils mindestens 1,5 Metern Abstand
 - Spiegelsaal: 1 Gruppe à 10 Personen oder
5 Personen mit jeweils mindestens 1,5 Metern Abstand
- Auf risikobehaftete Übungen soll wenn möglich verzichtet werden. Es werden keine Hilfestellungen mit Körperkontakt durchgeführt. Ein Eingreifen des Trainers bei Unfall- oder Verletzungsgefahr ist davon ausgenommen.

Stufe 3 Versammlungen

- Durchführung von Präsenzsitzungen des Vereins (Abteilungen, Hauptverein) sowie von Jahreshauptversammlungen

Stufe 4 Veranstaltungen und Feste

- Durchführung der Jubilarenehrung
- Veranstaltungen des Vereins
- Konzerte