



## ALLGEMEINES, HYGIENE, VERHALTEN

Allgemeine Hygieneregeln	<ul style="list-style-type: none"><li>• Es gelten die Hygieneregeln laut sächsischer Corona-Verordnung für Sport bzw. Aufenthalt im Innenbereich (<a href="https://www.coronavirus.sachsen.de/amtliche-bekanntmachungen.html">https://www.coronavirus.sachsen.de/amtliche-bekanntmachungen.html</a>) bzw. das übergeordnete Hygienekonzept der Landeshauptstadt Dresden (<a href="https://www.dresden.de/de/leben/sport-und-freizeit/sport/sportstaetten_stadien.php">https://www.dresden.de/de/leben/sport-und-freizeit/sport/sportstaetten_stadien.php</a>)</li><li>• Eine Teilnahme am Trainingsbetrieb ist nur für alle Sportler*innen unter 16 Jahren möglich, dabei spielt der 2G-Status keine Rolle (Ausnahme: Sportler*innen der Landes- und Bundeskader)</li><li>• Alle am Training Teilnehmenden (Sporttreibende und Trainer*innen) müssen einen „3G-Status vorweisen“, mit Ausnahme von Kindern unter 6 Jahren und Schüler*innen, die der regelmäßigen schulischen Testung unterliegen</li><li>• Es erfolgt eine Kontakterfassung durch die Trainer*innen</li><li>• Die Teilnahme am Trainingsbetrieb ist nur zulässig, wenn keinerlei Erkältungssymptome (z.B. Schnupfen) vorliegen und keine Quarantäne vorliegt</li><li>• Die Halle ist für den Publikumsverkehr (Eltern / Begleitpersonen) geschlossen.</li><li>• Der Wettkampf- und Veranstaltungsbetrieb ist untersagt.</li><li>• Vor und nach dem Training erfolgt ein gründliches Händewaschen.</li><li>• Es besteht die Pflicht zum Tragen eines medizinischen Mund-Nase-Schutzes im gesamten Hallenbereich. Ausnahme: aktives Sporttreiben während des Trainings.</li><li>• Die Verantwortung für die Umsetzung der Hygienemaßnahmen obliegt den Trainerinnen und Trainern. Eltern und Sportler*innen tragen aktiv zur Umsetzung der Hygienemaßnahmen bei.</li></ul>
Trainingsbetrieb	<ul style="list-style-type: none"><li>• Eine Teilnahme am Kürtraining ist nur möglich, wenn auch das Konditionstraining wahrgenommen wird. Über die Trainingsinhalte entscheiden die jeweiligen Trainer*innen.</li><li>• Es erfolgt eine strikte Trennung nach Gruppen. Kontakte sind so weit wie möglich zu reduzieren.</li><li>• Hallenteil A ist immer der vordere Hallenteil (nah beim Eingang); Hallenteil B der hintere Hallenteil.</li><li>• Alle Sportlerinnen und Sportler kommen bereits umgezogen zum Training, Sachen werden in der Halle abgestellt. Die Umkleidekabinen stehen ausschließlich für Sanitärzwecke zur Verfügung.</li><li>• Vor dem Training erfolgt eine kurze Erwärmung im Seitenbereich, nach dem Training eine kurze Dehnung im Seitenbereich.</li><li>• Nach Ende des Trainings wird die Halle zügig verlassen.</li></ul>
Materialien	<ul style="list-style-type: none"><li>• Für das Konditionstraining bitte Spinner, Sprungseil und Hallenturnschuhe dabei haben.</li></ul>
Onlinetraining	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wird auch von allen wahrgenommen, die in Quarantäne sind</li><li>• <a href="https://zoom.us/j/8213787634?pwd=RWRXdWRGUeYkdRYUp1S3hYZVFDQT09">https://zoom.us/j/8213787634?pwd=RWRXdWRGUeYkdRYUp1S3hYZVFDQT09</a> (Meeting-ID: 821 378 7634 / Kenncode: Fit@H0me)</li></ul>