



Allgemeinen Hygiene- und Verhaltensregeln während des Trainingsbetriebs (Stand 13.8.20)

Die Anzahl der SchwimmerInnen pro Bahn in einer Übungsstunde ist auf 6 begrenzt.

Damit es zu möglichst kurzen Wartezeiten und einem guten Ablauf kommt, gelten für den Besuch der Übungsstunden folgende Regelungen:

1.) Vorbereitung:

- Verbindliche Gruppeneinteilung: Aktuell eingetragene Vereinsmitglieder verbleiben die kommenden Wochen in ihren Trainingsgruppen – die Gruppeneinteilung wurde per Mail verschickt und kann jederzeit erfragt werden. Die Anmeldung entfällt, die Anwesenheit notiert, ein Gruppenwechsel ist zurzeit nicht möglich.
- Die angegebenen Trainingszeiten sind Wasserzeiten. Da Ab- und Zugezeiten, d.h. umziehen, duschen etc. dazu gerechnet werden müssen, und es sich im Umkleidebereich nicht staut, wird die Trainingszeit etwas gekürzt und Einlässe pro Gruppe gestaltet. Wir bitten pünktlich 10 Minuten vor Trainingsstundenbeginn zu erscheinen und das Umkleiden zügig zu erledigen (Haareföhnen ggf. daheim etc), um nachfolgende Gruppen schnell einlassen zu können.
- Teilnehmen darf nur, wer keine Krankheitssymptome hat.

2.) Treffen vor der Übungsstunde:

- Nur Gruppenmitglieder, die regelmäßig teilnehmen, haben Zutritt zur Übungsstunde. Alle anderen werden abgewiesen. Bitte keine spontanen Besuche einer anderen Übungsstunde.
- SchwimmerInnen / Eltern mit ihren Kindern müssen vor dem Eingang warten und den Mindestabstand von 1,50m einhalten. Keine Körperkontakte (Umarmungen etc.), bitte ggf. die Beschilderungen und Laufwege beachten.
- Beim Warten und Eintritt in das Schwimmbad Mund-Nasen-Schutz tragen. Erst absetzen, wenn die Umkleide verlassen und mit der Übungsstunde begonnen wird!
- Beim Betreten des Schwimmbads Mindestabstandes von 1,50m beachten.
- Wer nicht pünktlich am Schwimmbad erscheint, kann das Schwimmbad nicht mehr betreten. In diesem Fall fällt die Übungsstunde für die betreffende Schwimmerin / den betreffenden Schwimmer aus.
- Eltern oder Gäste dürfen das Bad (Umkleide und Schwimmhalle) betreten, sich aber nicht dauerhaft in der Vorhalle oder im Bad aufhalten. Bitte warten Sie daher im Freien und betreten den Umkleidebereich frühestens 10 Minuten vor Trainingsende. Bitte wahren Sie Abstand zu allen anderen Eltern, vor allem in der Umkleide.

3.) Vor dem Schwimmen

- Die SchwimmerInnen sollen am besten bei Ankunft die Badesachen bereits unter ihrer normalen Kleidung angezogen haben. Das Umziehen vor dem Training muss unter Einhaltung des Mindestabstandes in den Einzelumkleidekabinen erfolgen.

4.) Während des Schwimmens

- Es werden bis max. 6 SchwimmerInnen auf einer Bahn schwimmen.
- Beim Schwimmen ist ebenfalls genügend Abstand einzuhalten – vor allem beim Abstoß und beim Wenden.
- Die Schwimmaufgaben werden nicht mehr gemeinsam als Gruppe erklärt. Der Trainingsplan hängt ggf. ausgedruckt auf jeder Bahn.
- Der Übungsleiter / die Übungsleiterin gibt individuell kurze Anmerkungen zum Trainingsplan. Damit ist gewährleistet, dass sich möglichst wenige Aktive gleichzeitig an der Wand aufhalten.
- Wer gegen die vorgegebenen Regeln und Vorgaben verstößt, wird von der Übungsstunde ausgeschlossen!
- Ein Anspucken mit Wasser ist ein Grund für sofortigen Verweis des Bades.
- Bei Benutzung des WCs im Schwimmbad muss ebenfalls der Mund-Nasen-Schutz angelegt werden.
- Schwimmhilfsmittel werden ausgegeben. Wer sein eigenes Material mitbringen möchte, darf dies gerne tun

5.) Nach dem Schwimmen

- Am Ende des Wassertrainings können sich die SchwimmerInnen entweder am Beckenrand umziehen oder gehen unter Wahrung des vorgegebenen Mindestabstands unverzüglich zum Duschen und den Sammelumkleiden, um sich zügig umzuziehen. Es wird hier um Zügigkeit gebeten, um die nachfolgende Gruppe einlassen zu können
- Nach erfolgtem Umkleiden müssen die SchwimmerInnen ihren Mund-Nasen-Schutz anlegen und das Schwimmbad verlassen und sich beim Übungsleiter / der Übungsleiterin im Ausgangsbereich abmelden.
- Auch im Ausgangsbereich keine Gruppenbildung! Keine Körperkontakte (Umarmungen etc.)

6.) Keine Aufnahmen

- Keine Fotos, Videos, Clips, Posts etc. vor, während und nach der Übungsstunde!

7.) Sonstiges

- Ablaufplan und Regelungen werden ggf. nach den ersten Trainingstagen und –wochen angepasst.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an sport@sv-moenus.de bzw. Ihre Übungsleiterin / ihren Übungsleiter.

Wir wünschen allen Mitgliedern eine gute und sichere Zeit in unseren Übungsstunden und freuen uns auf ein Wiedersehen.

Mit freundlichen Grüßen
Euer Team vom SV MOENUS