

# Wiedereinstieg des Trainingsbetriebs des Tauch-Club-Turtle e.V.



Im Folgenden werden die durch die Badbetreiber mattiaqua, den Deutschen Schwimmverband und den Verband Deutscher Sporttaucher für den Trainingsbetrieb des Tauch-Club-Turtle e.V. relevanten Regelungen aufgelistet und die Beachtung und Einhaltung durch den Trainingsteilnehmer bestätigt.

## Hinweise für die Teilnehmer

### **1. Als Betreiber der städtischen Sportbäder hat der Eigenbetrieb mattiaqua folgende Eckpunkte für die Wiedereröffnung erarbeitet:**

- Der Schutz der Gesundheit steht weiter als oberstes Ziel aller Entscheidungen. Es sind keine Zuschauer/Besucher zugelassen.
- Ein Mund-Nasen-Schutz ist vom Betreten des Bades bis zu den Umkleiden zu tragen.
- Der Zutritt zu den Bädern erfolgt nur mit der jeweils verantwortlichen Übungsleitung. Fremden und Begleitpersonen ist der Zugang zu den Bädern nicht zu erlauben, sondern ausschließlich Teilnehmenden des Trainings- und Kursbetriebes.
- Ausreichend große Personenabstände sind analog des DSV- Leitfadens jederzeit einzuhalten (*Anmerkung HM: siehe unten*)
- Der Trainings- und Kursbetrieb darf nur absolut kontaktfrei ausgeübt werden.
- Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern und ähnliches in der Gruppe muss komplett verzichtet werden.
- Sammelumkleiden und sonstige Gemeinschaftsräumlichkeiten bleiben geschlossen. Ausgenommen sind Toiletten. Spinde zur Aufbewahrung von Taschen und Kleidung sowie Wertschließfächer dürfen ebenfalls nicht genutzt werden. Kleidung ist in Taschen zu verstauen und mit in die Schwimmhalle zu nehmen.
- Die Nutzung der Duschen ist nur vor Trainings-/Kursbeginn gestattet. Nach dem Training/Kurs ist das Bad schnellstmöglich zu verlassen. Es ist zu Hause zu duschen. Vorhandene oder mitgebrachte Föhne dürfen nicht benutzt werden.
- In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training/Kurs verzichtet werden.
- Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren.
- Zum Nachweis von Infektionsketten ist der Nutzer verpflichtet, über die jeweilige Übungseinheit eine Teilnehmerliste analog der Vorgabe aus dem DSV-Leitfaden zzgl. Adresse zu führen (*Anmerkung HM: erfolgt durch den jeweiligen Trainer für seine Stunde; Verwahrung und Vernichtung bei und durch Helmut Müller*) und mindestens 4 Wochen aufzubewahren und auf Anforderung durch das Gesundheitsamt zur Verfügung zu stellen. Es sind eigene Schreibgeräte zu verwenden.
- Beim Auftreten von Infekten oder Symptomen einer Corona Virusinfektion hat eine sofortige Meldung an die Übungsleitung zu erfolgen. Dies gilt auch bei Infekten von

Familienangehörigen oder direkten Kontakten zu infizierten Personen. Eine Teilnahme am Übungs-/ Kursbetrieb ist unter diesen Umständen dann zunächst nicht möglich.

- Für den Fall, dass sich eine Infektion in einem städtischen Bad nachweisen lässt, verpflichtet sich der Nutzer, auf Regressansprüche gegenüber der Landeshauptstadt Wiesbaden und dem Tauch-Club-Turtle e.V. zu verzichten.

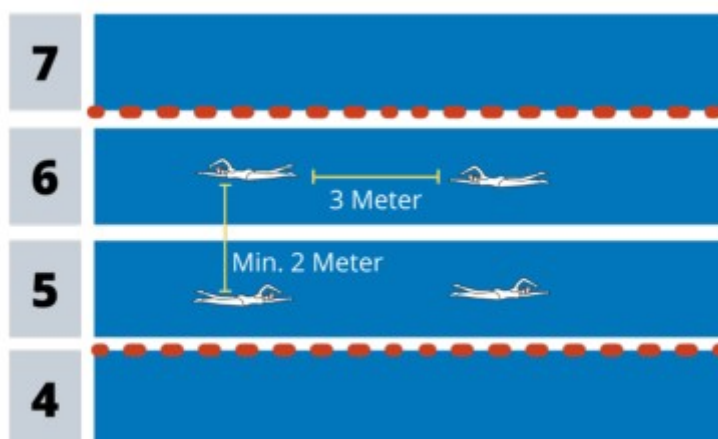
## 2. DSV-Leitfaden - Voraussetzungen für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben schaffen ;Teil 1: Allgemeine Hinweise (Arbeitsstand: 04. Mai 2020):

- Trainingsgruppen sind in Teilnehmerlisten zu erfassen und während der behördlichen Beschränkungen in ihrer Zusammensetzung nicht zu wechseln. Jeglicher Sportbetrieb ist in Teilnehmerlisten zu erfassen.
- Es wird empfohlen, die hier aufgeführten allgemeinen Abstandsregeln mit dem Betreiber abzustimmen und in der jeweiligen Sportstätte gut sichtbar auszuhängen. Die Einhaltung der Abstandsregeln ist durch die Trainer\*innen und ggf. das Personal der Sportstätte zu kontrollieren. Jede\*r Sportler\*in verpflichtet sich ebenfalls zur Einhaltung der Abstandsregeln, um sich und seine Mitmenschen zu schützen.

| Tätigkeit   | Mindestabstand   |
|---|--|
| An Land stehend, ohne Übungen auszuführen.<br>Zum Beispiel beim Anstehen für den Einlass in die Sportstätte.    | 1,5 Meter  |
| In den Umkleidekabinen und beim Duschen   | 2,0 Meter  |
| Beim Ausführen von Sportübungen (an Land),<br>zum Beispiel Krafttraining oder bei aufrechter Haltung im Wasser. | 2,0 Meter  |
| Im Wasser beim Schwimmen von Bahnen und<br>bei Übungen in der Sportart Wasserball                               | 2,0 bzw. 3,0 Meter<br>(Ausnahmen siehe sportartspezifische Verhaltensregeln) |

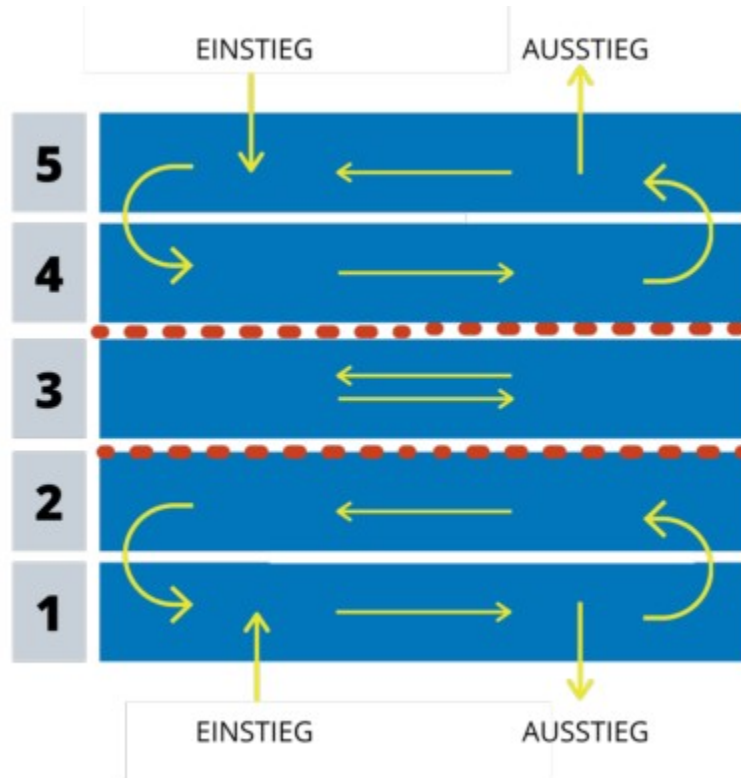
- Anders als beim öffentlichen Freizeit-Badebetrieb (überwiegend aufrechte Haltung) sind die Sportler\*innen beim Schwimmen von Bahnen in einer waagerechten Haltung und mit dem Kopf im Wasser nach unten orientiert. Ein Aufschwimmen und somit ein Körperkontakt ist zu vermeiden und daher bildet der Abstand von 3 m beim Bahnschwimmen eine Empfehlung
- Besondere Verhaltensregelungen sind für den Aufenthalt an der Start- und Wendebrücke zu vereinbaren. Hier muss bereits bei einer Anzahl von 4 Personen pro Schwimmbahn auf versetzte An- und Abschwimmzeiten oder seitliches „Wegtreten“ geachtet werden. (*Anmerkung HM: wir machen seitliches Wegtreten*)
- Das Duschen vor Trainingsbeginn ist in Abhängigkeit von den lokalen Gegebenheiten ebenfalls in Kleinstgruppen durchzuführen. Freiluftduschen oder Einzelkabinen, mindestens jedoch mit einer Abtrennung versehene Duschstände, sind zu nutzen. Der Zugang zu Duscheinrichtungen ist im Einbahnverkehr zu regeln.
- Ansagen durch Trainer\*innen während sich die Sportler\*innen im Wasser befinden, sind in Kleinstgruppen **von bis zu maximal fünf Personen** durchzuführen.
- Die Zusammensetzung von Trainingsgruppen sollte sich nach den sportlich vergleichbaren Leistungen orientieren (Aufschwimmen verhindern) und nicht wechseln.

- Zudem werden alle Teilnehmer\*innen schriftlich über alle hier aufgeführten Vorgaben informiert (*Anmerkung HM: einmal durch H. Müller*) und müssen diese ebenfalls schriftlich bestätigen, um deren Einhaltung zu garantieren. Verstoß gegen eine der Vorgaben führt umgehend zum Ausschluss vom Trainingsbetrieb in jeglicher Form.
- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen achten darauf, dass der Abstand zwischen den Teilnehmer\*innen im Schwimmbecken bei waagerechten Bewegungen mindestens 3 Meter beträgt. (siehe Allgemeine Abstandsregeln kommunizieren).
- Vor dem Training und beim Wechsel der Trainingsstätte (Schwimmbad, Kraft-, Gymnastikraum) sind die Hände gründlich zu waschen (mindestens 20 Sekunden mit Wasser und Seife).
- Das private Mitführen von Desinfektionsmitteln wird dringend empfohlen, insbesondere für die Nutzung der Sanitäreinrichtungen.
- Es dürfen ausschließlich die eigenen Trinkflaschen genutzt werden.
- Es dürfen ausschließlich persönliche Trainingsutensilien (Paddles, Schwimmbretter, Pull buoys, Schwimfflossen etc.) verwendet werden, um die trainingsgruppenübergreifende Mehrfachnutzung zu verhindern. Die persönlichen Utensilien dürfen nicht in der Sportstätte gelagert werden. Die Lagerung während des Trainings erfolgt unter Beachtung der Abstandsregeln auf der Beckenkannte/dem Beckenumgang. (Quelle DSV-Leitfaden, Sportartspezifische Verhaltensregeln)
- Jede\*r Sportler\*in nimmt ein Handtuch mit zum Beckenrand, um den Kontakt zu jeglichen Gegenständen am Beckenrand zu minimieren. Die Lagerung am Beckenrand erfolgt auf desinfizierten Stühlen oder Bänken. Nach dem Training wird sich umgehend abgetrocknet, bevor die Umkleiden betreten werden.
- Staffeltraining ist ausgeschlossen.
- Für den Ein- und Ausstieg sind ausschließlich die Einstiegsleitern / Treppen zu verwenden.
- Startsprünge sind nur durchzuführen, wenn der Abstand von 2 Metern eingehalten wird.
- Das Überholen oder Annähern auf einen Abstand von weniger als 3 (bzw. 2) Metern ist untersagt. Der/Die Trainer\*in überwacht die Einhaltung.
- Es gilt zu beachten, dass auf einer „Doppelbahn“ von 5 Metern Breite im Kreisverkehr seitlich ein Abstand von min. 2 Metern zwischen den Sportler\*innen einzuhalten ist. Daraus ergibt sich folgende Abstandsregel:



- Organisation: Schwimmen in einem Becken mit 5 Bahnen (50 m) mit Leinen

- Die Mittelbahn wird von einer Person genutzt. *(Anmerkung HM: leider ist diese Bahn von mattiaqua gesperrt)*



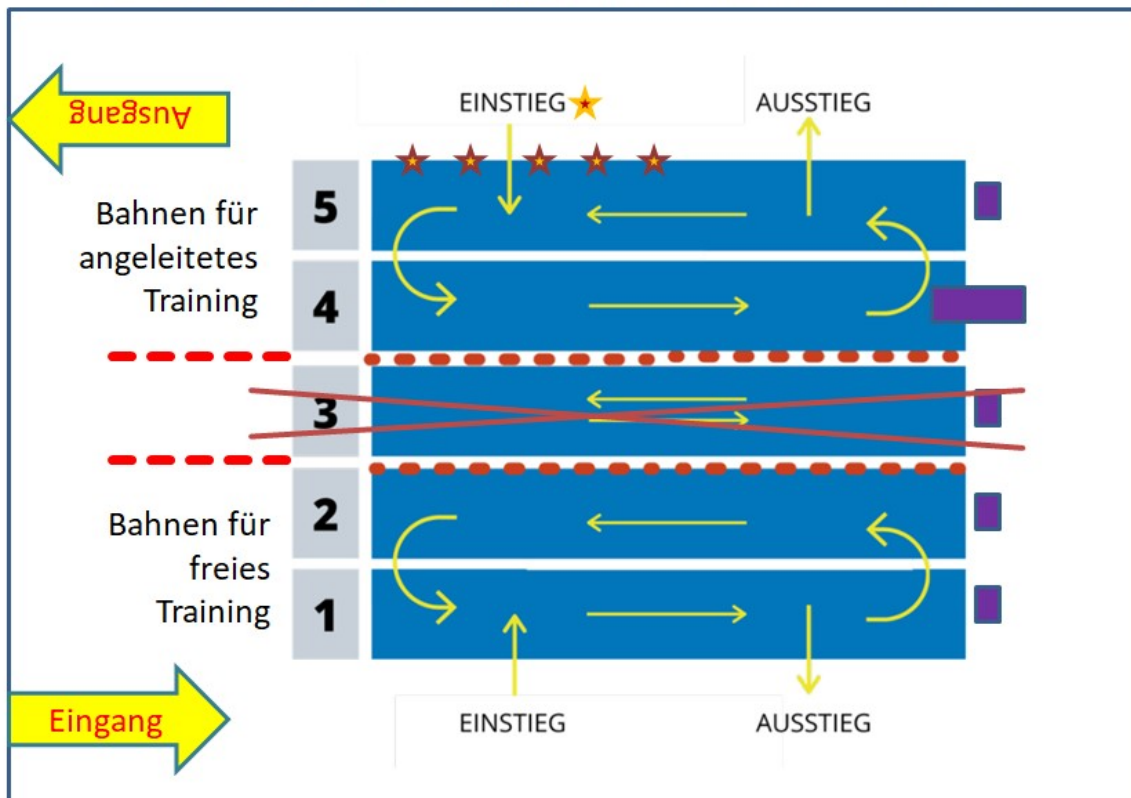
**3. Positionspapier des Verbands Deutscher Sporttaucher e.V. zu Übergangsregelungen für die Wiederaufnahme des Trainings- und Wettkampfbetriebes für den Tauchsport in der erhöhten Corona-Infektionsphase (Stand: 29.05.2020):** *(Anmerkungen HM: ausschließlich Aufzählung von bisher nicht geforderten Regelungen)*

- Die ABC-Ausrüstung muss außerhalb der Aktivität sicher in der Tasche verwahrt werden.
- Es darf kein überlastender Sport stattfinden, d.h. er muss deutlich unterhalb der maximalen Leistungsgrenzen bleiben.
- Partnerübungen/Rettungsübungen ... sind untersagt.

#### 4. Vorgaben für den Trainingsbetrieb und die Bahnenbelegung aufgrund der o.g. Vorgaben

- Bahnenbelegung:

##### Bahnenbelegung mattiaqua durch Tauch-Club-Turtle e.V.



★ Trainingsteilnehmerposition bei Einweisungen

★ Trainerposition bei Einweisungen

- Anzahl Teilnehmer:
  - Angeleitetes Training: max. 5 (DSV-Vorgabe (Kleinstgruppen))
  - Freies Training: max. 5 (unkoordinierte Gruppe)
  - Schwimmer: nicht möglich
  - Taucher: nicht möglich
  - Trainer: max. 1
- Freies Training hat ausschließlich mit Flossen zu erfolgen, damit ein Aufschwimmen vermieden wird.

#### 5. Verpflichtungserklärung

Hiermit verpflichte ich mich die hier aufgeführten Verhaltens- und Hygieneregeln für das Training im Verein Tauch-Club-Turtle e.V. einzuhalten und trage somit aktiv dazu bei, das Risiko einer Infektion mit Covid-19 für mich und meine Mitmenschen zu minimieren.

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

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift