



# Hygienekonzept für den Trainingsbetrieb während der Corona-Pandemie

Dieses Hygienekonzept ist bis zur Aufhebung der Beschränkungen in Zusammenhang mit der Covid-19-Pandemie während des Trainings im Freibad der Biedensand-Bäder Lampertheim GmbH einzuhalten.

Als Vorlage zur Erstellung dieses Konzepts dient der DSV-Leitfaden (Stand: 12.05.2020).

## Allgemeine Regeln

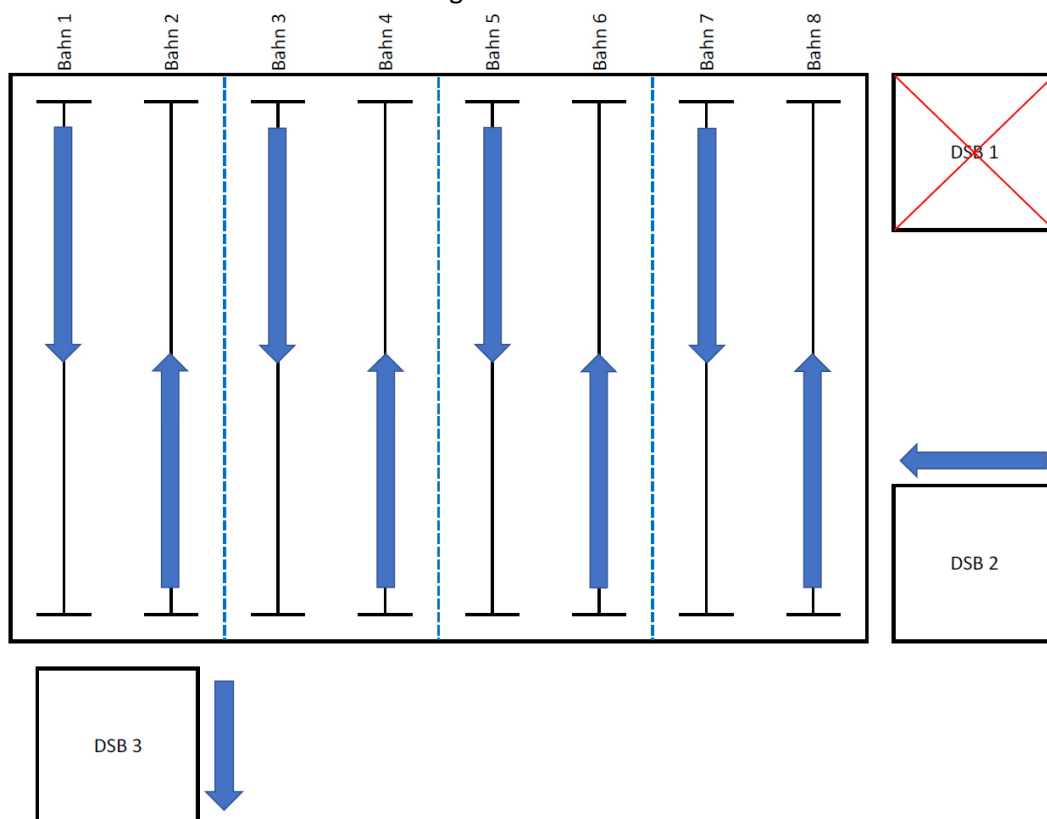
- Die Gruppenzusammensetzung ändert sich nicht.
- Die Anwesenheit der Schwimmer beim Training wird von den Trainern dokumentiert. Dies dient der Nachvollziehbarkeit sollte bei einem Teilnehmer eine Covid-19-Erkrankung auftauchen.  
Die Anwesenheitslisten werden online durch die Trainer gepflegt. Die Biedensand-Bäder haben lesenden Zugriff auf die Anwesenheitslisten.
- Am Training darf nur teilnehmen, wer frei von Symptomen ist. Sollten Schwimmer zum Training erscheinen, die nicht symptomfrei sind, ist dies zu melden.
- Wird ein Teilnehmer am Training positiv auf Covid-19 getestet, entscheidet das zuständige Gesundheitsamt über weitere Quarantänemaßnahmen für die betroffene Gruppe (incl. Trainer) und deren im Haushalt lebenden Personen.
- Trainingspläne werden vor dem Training an die Gruppe verschickt, um Erklärungen vor Ort auf ein Minimum zu reduzieren.
- Notwendige Vor-Ort-Erklärungen sollen in Kleingruppen von max. 5 Personen stattfinden.
- Folgende Abstandsregeln gelten:
  - An Land ohne Ausführen von Übungen: 1,5 m
  - An Land beim Ausführen von Übungen: 2 m
  - Im Wasser beim Schwimmen in waagerechter Lage: 3 m
- Die Wartezeit vor und nach dem Training ist auf ein Minimum zu reduzieren.
- Es findet kein körperlicher Kontakt (auch kein Händeschütteln) statt.
- Es werden ausschließlich eigene Trainingsutensilien (Brett, Pullkick, Flossen, Kappe, Brille, Trinkflasche, usw.) verwendet.
- Das Haareföhnen ist nicht gestattet.
- Das Training findet unter Ausschluss von Gästen und Zuschauern statt.
- Hält sich ein Schwimmer nicht an die Hygieneregeln oder Anweisung der Trainer, ist der Schwimmer vom Training ausgeschlossen.

## Besonderheiten im Bad

- Im Eingangsbereich steht ein Desinfektionsmittel zur Verfügung. Dieses ist beim Betreten des Bades zu benutzen.
- Bei Gruppenwechseln sind 30 Minuten Desinfektionszeit zu berücksichtigen.
- Die Sammelumkleide und die Duschen im Umkleidehaus sind gesperrt. Die Toiletten und Einzelumkleiden können genutzt werden.
- Bänke und Stühle auf dem Badgelände sind gesperrt.
- Stirnseite in der Nähe des Hallenbades ist gesperrt.
- Im Bad darf nichts berührt werden.
- Der Badesee und alle Wiesen (Ausnahme: Innenhofwiese) sind gesperrt.

## Trainingsbetrieb im Wasser

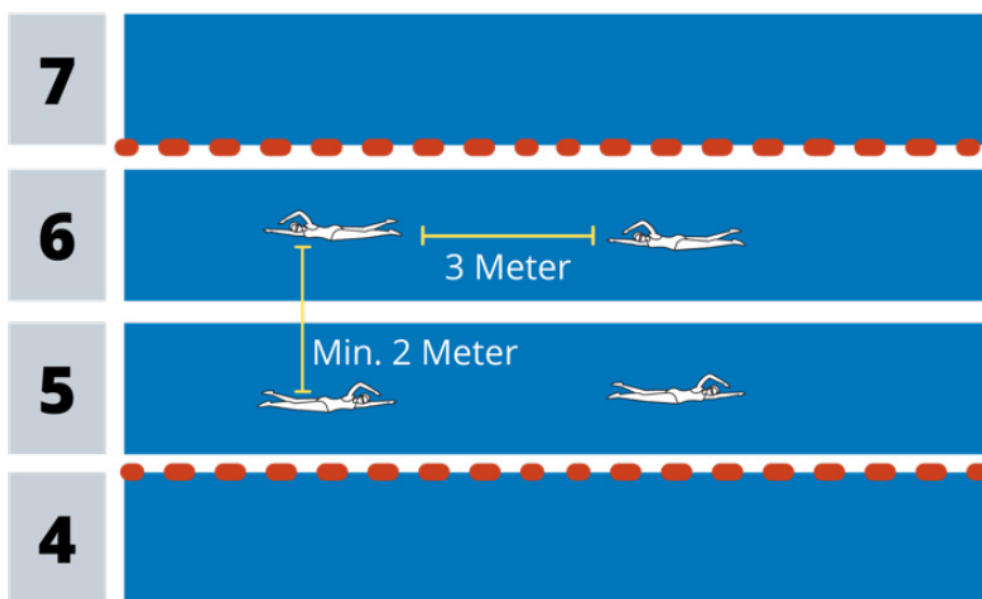
- Es wird im Kreisverkehr auf 2 Bahnen geschwommen.



**Abbildung 1:** Der Zugang zum Beckenbereich erfolgt über DSB 2. Der Beckenbereich wird über DSB 3 verlassen. Auf den Bahnen findet paarweise Kreisverkehr statt.

- Spezialfall: Es sind weniger Schwimmer im Training, als Bahnen zur Verfügung stehen. Dann darf auch auf Einzelbahnen mit einem Schwimmer pro Bahn geschwommen werden.
- Das Nicht-Schwimmer-Becken kann für Trainingszwecke genutzt werden. Die Wasserrutsche ist gesperrt.

- Der Zugang zum Beckenbereich erfolgt über das Duschbecken DSB 2 (s. Abbildung). Der Beckenbereich wird über das Duschbecken DSB 3 verlassen.
- Das Duschbecken DSB 1 in der Nähe des Hallenbades ist gesperrt.
- Vor dem Training soll sich jeder Schwimmer abduschen. Hierfür stehen die Außenduschen (DSB 2 und DSB 3) zur Verfügung. Das Duschen nach dem Training soll zu Hause durchgeführt werden.
- Es darf nicht überholt werden.
- Es dürfen keine Staffeln (Überkopfsprünge) geschwommen werden.
- Es dürfen maximal 16 Schwimmer auf einer Doppelbahn schwimmen.
- Auf einer Bahn haben die Schwimmer einen Abstand von 3 m einzuhalten. Seitlich ist ein Abstand von 2 m einzuhalten.



**Abbildung 2:** Es ist ein Abstand von 3 m zum nächsten Schwimmer und seitlich von 2 m einzuhalten. Bild entnommen aus DSV-Leitfaden.

## Trainingsbetrieb an Land

- Die Wiese im Innenhof darf für Athletikübungen verwendet werden. Alle übrigen Wiesen sind gesperrt.
- Es dürfen keine Partnerübungen ausgeführt werden.
- Es darf keinen Kontakt zwischen zwei Sportlern geben.
- Grundsätzlich ist ein Abstand von 2 m zwischen den Sportlern zu halten. Bei Ausführung der Übung kann es notwendig sein, dass dieser Abstand noch weiter vergrößert werden muss.
- Übungen werden auf eigenen Isomatten ausgeführt.
- Es dürfen nur eigene Utensilien (z. B. Springseile) verwendet werden.

Lampertheim, den 02. August 2020

i. A. Dr. Michael Thürauf  
Sportlicher Leiter