



# Schwimmclub Heppenheim

## **Regelungen zum Schwimmtraining unter Auflagen während der Corona-Pandemie des Schwimmclub Heppenheims**

**-Stand 08.06.2020-**

Zur Wiederaufnahme des Schwimmtraining während der Corona-Pandemie ist es erforderlich Regelungen zu treffen, die den aktuellen Beschränkungen des Gesetzgebers im Land Hessen entsprechen und mit dem Träger des Freibades Heppenheim vereinbart wurden.

Wir orientieren uns hier an dem Leitfaden des Deutschen Schwimmverbandes e.V.

Die hier festgehaltenen Regelungen gelten ab der Öffnung des Heppenheimer Freibades im Juni 2020 und werden im Zuge der Entwicklung der Pandemie und unserer Erfahrungen während des Trainingsbetriebes entsprechend angepasst. Änderungen werden den Vereinsmitgliedern über unsere Homepage übermittelt. Die Mitglieder der Mannschaften erhalten eine Nachricht per Mail.

Die Regelungen werden vor der Aufnahme des Schwimmbetriebes schriftlich an Trainer\*innen, Sportler\*innen und Eltern kommuniziert und müssen schriftlich anerkannt werden (Anlage 1).

### **1 Allgemeine Regeln**

- Die Trainingsgruppenszusammensetzung ändert sich nicht. Die Trainingszeiten der einzelnen Mannschaften unterscheiden sich vom Regeltraining und werden bekannt gegeben. Der Trainingsbetrieb beginnt zunächst mit den Mannschaften 1, 2 und den Triathleten/Masters.
- Die Anwesenheit der Schwimmer, Trainer und Helfer wird von den Trainern dokumentiert. Aus der Liste muss Name, Adresse, Telefonnummer, Geburtsdatum und der Zeitraum der Anwesenheit erkenntlich sein. Die Liste muss von den Trainern 4 Wochen aufbewahrt werden.

- 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 und/oder am Startblock ausgehängt.

## 2 Abstandsregeln

Folgende Abstandsregeln gelten:

- An Land ohne Ausführung von Übungen: 1,5 m
- An Land beim Ausführen von Übungen: 2,0 m
- Im Wasser beim Schwimmen in waagrechter Lage: 3,0 m
- Es findet kein körperlicher Kontakt statt.
- Es werden ausschließlich eigene Trainingsutensilien verwendet.

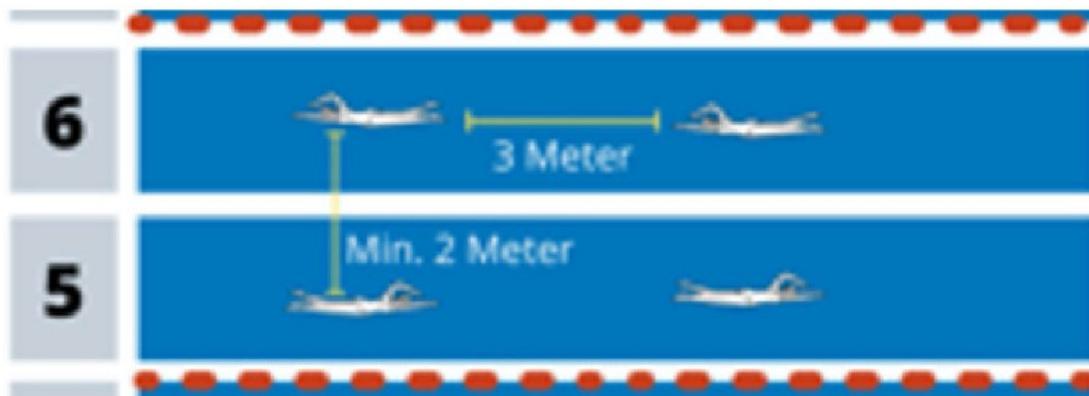
## 3 Trainingsbetrieb

- Das Training findet unter Ausschluss von Gästen und Zuschauern statt.
- Hält sich ein Schwimmer nicht an die Hygieneregeln oder Anweisungen der Trainer, wird der Schwimmer vom Training ausgeschlossen.
- Bei Minderjährigen Schwimmern ist zu gewährleisten, dass beim Trainer eine Telefonnummer hinterlegt ist unter welcher ein Erziehungsberechtigter/ Betreuer während des Trainings erreichbar ist.
- Die Mannschaften treffen sich vor dem Schwimmbad auf dem Parkplatz unter Einhaltung der Abstandsregeln
  - **Mannschaft 1, 2** und später auch **Mannschaft 3:** 15min vor
  - Trainingsbeginn
  - **Triathleten/Masters** 5 min vor
  - Trainingsbeginn, hier ist auch eine vorherige Anmeldung per Mail unter [Triathlon@schp-online.de](mailto:Triathlon@schp-online.de) bis 30 min vor Trainingsbeginn erforderlich.
- Die Wartezeit/Aufenthaltszeit vor und nach dem Training ist auf ein Minimum zu reduzieren.
- Der Zugang erfolgt über den Krafraum zum angegeben Zeitpunkt. Ein späterer Zugang ist nicht möglich.
- Genutzt werden dürfen:

- Einzelumkleidekabinen (jede 2. wird gesperrt)
  - Toiletten (jede 2. wird gesperrt)
  - Die gekennzeichneten Außenduschen
  - Wiese zum Aufwärmtraining
- Nicht genutzt werden dürfen:
    - Duschen in den Umkleiden
    - Abgesperrte Bänke und Leitern am Becken

### 3.1 Trainingsbetrieb im Wasser

- Es wird im Kreisverkehr auf 2 Bahnen gegen den Uhrzeigersinn geschwommen. Die Doppelbahnen werden durch Leinen getrennt
- Es darf nicht überholt werden.
- Es dürfen keine Staffeln (Überkopfstartsprünge) geschwommen werden.
- Es dürfen maximal 16 Schwimmer auf einer Doppelbahn schwimmen.
- Auf einer Bahn haben die Schwimmer einen Abstand von 3 m zum vorausschwimmenden Schwimmer und einen seitlichen Abstand von 2 m einzuhalten.



*Bild entnommen aus dem DSV-Leitfaden*

### 3.2 Trainingsbetrieb an Land

- Es dürfen keine Partnerübungen ausgeführt werden.
- Es muss mindestens ein Abstand von 2 m gehalten werden.
- Es dürfen nur eigene Utensilien verwendet werden.

## 4 Desinfektion

- Die Desinfektion der Umkleidekabinen und der Toiletten ist Aufgabe des Schwimmbadbetreibers.
- Die Desinfektion der von Vereinsmitgliedern genutzten Bänke und Leitern obliegt dem Schwimmclub Heppenheim

Heppenheim, den 08.06.2020

Der Vorstand



# Schwimmclub Heppenheim

**Anerkennung der Regelungen zum Schwimmtraining unter Auflagen während der Corona-Pandemie des Schwimmclub Heppenheim e.V.**

Name: \_\_\_\_\_

Hiermit verpflichte ich mich die oben genannten Regelungen für das Training im Schwimmclub Heppenheim einzuhalten.

Die Regelungen habe ich erhalten und verstanden.

Bei Nichtbeachtung werde ich vom Training ausgeschlossen.

---

Datum:                      Unterschrift des Schwimmers

Bei Minderjährigen zusätzlich Unterschrift des Erziehungsberechtigten

Bei Minderjährigen, Telefonnummer des Erziehungsberechtigten/Betreuers erreichbar während des Trainings.

Beim ersten Training vollständig ausgefüllt mitbringen und beim Trainer abgeben.