

Für die Dauer der von der Bundes- und Landesregierung vorgeschriebenen Einschränkungen im Bereich des Individualsports gelten für die Trainer und Teilnehmer von CrossFit Tuttlingen folgende Hygienevorschriften:

Anreise, Anmeldung & Ankunft/ Verlassen der Trainingsstätte

Das Gebäude wird über den Haupteingang betreten und verlassen.

Die An- und Abreise der Teilnehmer ist so zu gestalten, dass hierdurch keinerlei infektionsschutzrechtliche Gefahren entstehen. Die Teilnehmer halten zu jedem Zeitpunkt mindestens 1,5 Meter Abstand um den kontaktlosen Übergang zwischen den Teilnehmern der Stunden zu ermöglichen. Vermeiden von Warteschlangen bzw. Gruppierungen, auch im Außenbereich. Auch zu Passanten wird ein Mindestabstand von 1,5 m eingehalten.

Ab Betreten der Einrichtung: Einhalten der Hygienebestimmungen & des Abstands von mindestens 1,5 m zu jedem Zeitpunkt.

Für alle Teilnehmer & Trainer besteht abseits des Sportbetriebes eine Maskenpflicht (FFP2-Masken-Pflicht für über 18-Jährige) sobald sie die Einrichtung betreten. Das Ablegen der Maske ist Teilnehmern im Trainingsraum sowie in den Duschen erlaubt.

Es wird darauf hingewiesen, sich vor dem Zutritt die Hände zu desinfizieren. Hand-Desinfektionsmittel steht bereit. Am Eingang sowie Ausgang des Trainingsraums sowie in der Umkleide/Toilette sind Hand-Desinfektionsmittel zum Gebrauch zur Verfügung gestellt. Zudem ist der Trainingsbereich mit Geräte-Desinfektionsmittel ausgestattet.

Zutrittsbeschränkung

Zutritt wird nur angemeldeten Personen erlaubt. Es gilt mit Stand der Verordnungen für den Sport im Land unter Pandemiebedingungen vom 18.03.2022 die 3G-Regel, d.h. ein Zutritt ist nur vollständig gegen COVID19 geimpften Personen, Genesenen oder Personen mit negativem Testergebnis (Schnelltest oder PCR-Test) erlaubt.

- Schnelltest / POC-Antigentest (höchstens 24h alt) mit negativem Ergebnis
- PCR Test (höchstens 48h alt) mit negativem Ergebnis
- Genesen: Als genesen gilt, wer vor weniger als 6 Monate einen positiven PCR-Test hatte. (min. 28 Tage alt, aktuell ohne Symptome)
- Vollständig geimpft: Gilt ab dem 15. Tage nach letzten erforderlichen Impfdosis. (mit Nachweis und aktuell ohne Symptome)

CrossFit Tuttlingen kann aufgrund des personellen Aufwands keinen Test vor Ort durchführen. D.h. ein Schnelltest- oder PCR Ergebnis muss von den Teilnehmern vorgewiesen werden.

Es gilt ein Ausschluss vom Trainings- und Wettkampfbetrieb und Verweigerung des Zutritts zur Sportstätte inklusive Zuschauerbereich für:

- Personen mit nachgewiesener SARS-CoV-2-Infektion,
- Personen, die einer Quarantänemaßnahme unterliegen
- Personen mit unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere (wie z. B. Atemnot, Husten, Schnupfen) oder für eine Infektion mit SARS-CoV-2 spezifischen Symptomen (Verlust des Geruchs- oder Geschmacksinnes).

Training

Jede Stunde ist auf 50 Min begrenzt, so dass zwischen den Stunden eine 10-minütige Pause für die kontaktfreie Anknüpfung der Folgestunde und Lüftung des Trainingsraumes möglich ist.

Die Teilnehmerzahl ist der Raumgröße und den Möglichkeiten zur Belüftung angepasst. Um die Abstandseinhaltung von mind. 1,5 m einzuhalten, trainieren wir mit maximal 10 Teilnehmern sowie maximal 2 Trainern. Es gelten die Abstandsregeln von mindestens 1,5 m zwischen den Teilnehmern und Trainern sowie die FFP2- Maskenpflicht außerhalb des Trainingsfeldes.

Lüftungskonzept

Vor und nach dem täglichem Trainingsbetrieb wird komplett für mindestens 10 min gelüftet. Zwischen den Trainingseinheiten sind 10-minütige Pausen terminiert, so dass eine kontaktfreie Anknüpfung der Folgestunde sowie eine komplette Durchlüftung möglich ist. Für die Durchlüftung werden die Türen des Haupt- und Nebenraumes, sowie Umkleieräume vollständig geöffnet.

Die Trainingsstätte verfügt darüber hinaus über insgesamt 6 zu öffnende Fenster und Oberlichter sowie eine Innenraumbelüftung, sodass auch im Trainingsbetrieb ein ausreichender Luftaustausch gewährleistet ist.

Umkleiden/ Toiletten

Umkleieräume und Toiletten dürfen nur unter Einhaltung von 1,5 m Abstand und mit Tragen einer Maske betreten werden. Das Ablegen der Maske ist Teilnehmern zum Duschen erlaubt. Die Teilnehmer sind zudem angewiesen bereits umgezogen zu erscheinen und ihre privaten Gegenstände nur im separaten Eingangsbereich abzulegen. Im Toilettenbereich darf nur eine Person pro Toilette anwesend sein, für den Umkleidebereich gelten maximal 2 Personen zur gleichen Zeit.

Trainingsgeräte

Trainingsgeräte werden nach Ende der Kursstunde desinfiziert und stehen dann der Anschlussklasse zur Verfügung. Kein Teilen/ Tauschen von Equipment. Private Trainingsgeräte dürfen nicht mit in die Trainingsstätte gebracht werden. Trainer sind angewiesen in den Pausen sowie am Ende des Tages, alle verwendeten Materialien sowie Türklinken, Klingeln, Boden zu desinfizieren.

Grundsätzliches

Personal von CrossFit Tuttlingen ist informiert und geschult über die allgemeine und spezifische Hygienevorschrift. Den Anweisungen des Personals ist zu jedem Zeitpunkt Folge zu leisten.

Quellen: <https://km-bw.de/CoronaVO+Sport> Stand 18. März 2022 Regelungen für den Sport sowie für Tanz- und Ballettschulen ab 19. März 2022

https://km-bw.de/site/pbs-bw-km-root/get/documents_E-1791563719/KULTUS.Dachmandant/KULTUS/KM-Homepage/Artikelseiten%20KP-KM/1_FAQ_Corona/Schaubilder/Regelungen%20Sport/Regelungen%20f%C3%BCr%20den%20Sport%20ab%202019.%20M%C3%A4rz%202022.pdf