

Sport am Auedamm für den Zeitraum 18. Mai – Ende Sommerferien

Liebe Mitglieder,

die neuen Lockerungen erlauben uns, im Freiland und auch in geschlossenen Räumen im Verein gemeinsam wieder Sport zu treiben. Die Auflagen bezüglich Hygiene und Verhalten sind jedoch groß und vieles wird erst Mal „anders“ sein. Die Wichtigsten Punkte sind kleinere und feste Gruppen, besondere Hygienevorschriften und die Umkleiden/ Duschen sind geschlossen - also bitte in Sportsachen kommen.

Aufgrund des Mindestabstandes von mindestens 1,5 Meter können einige Sportarten vorübergehend leider nur Alternativprogramme anbieten - Ausdauertraining statt Ju-Jitsu – nur um ein Beispiel zu nennen. Auch werden nicht alle Sportangebote der Abteilungen gleich wieder starten; für einige Gruppen liegt noch keine Empfehlung von den Landesverbänden vor, bei anderen befinden sich die Übungsleiter selbst in der Risikogruppe und möchten in der aktuellen Situation noch nicht wieder mit dem Training beginnen. Wir bitten um Verständnis.

Die Hallen in Kassel sind wieder geöffnet, viele Angebote werden aber auf unser Vereinsgelände bzw. Vereinsheim (Auedamm 17) verlagert. Insbesondere das Gelände lädt zu Freiluftaktivitäten im Bereich Turnen, Tischtennis, Murmeln und Gymnastik/Fitness ein. Die Angebote am Auedamm bleiben auch über die gesamten Sommerferien bestehen.

Allgemeine Auflagen nach Vorgaben DSOB

- Kein Umziehen, kein Duschen – bitte in Sportsachen kommen (nur Schuhwechsel bei Hallensport!)
- Es sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften verzichtet werden
- Keine Gruppenbildung beim Betreten/ Verlassen der Sportstätte – auf den Mindestabstand achten
- Beim Kommen (bis zum Platz) und Gehen bitte Maske tragen,
- Kein Hände schütteln, Umarmen etc.
- Eltern übergeben Ihr Kind an den Übungsleiter und verlassen dann bitte umgehend die Sportstätte
- vor und nach dem Sport und auf Weisung des Übungsleiters Hände gründlich waschen und ggf. desinfizieren
- Eigenes Material (Tischtennisschläger; Bälle, Gymnastikmatte etc.) mitbringen, bzw. benutztes Material nach der Nutzung desinfizieren.
- Großes Handtuch als Unterlage für die Gymnastikmatte mitbringen, evtl. kleines Handtuch für Schweiß
- Zwischen den einzelnen Gruppen planen wir Pausen von ca. 30 Minuten für einen reibungslosen Wechsel ein, die Räume sind gut durchzulüften und benutzte Materialien zu desinfizieren.
- Bitte helft und unterstützt einen reibungslosen Trainingsablauf, auch wenn nicht immer alles nachvollziehbar und auch ein wenig lästig ist: Denkt selbst mit an Hygiene, den Mindestabstand und ggf. das Desinfizieren von benutzten Materialien und minimiert so die Risiken.

- Trainiert wird in fest eingeteilten Gruppen von 7-10 Teilnehmern. Respektiert die Gruppeneinteilung und geht nicht an anderen Trainingstagen zu einer anderen Gruppe. Auch nicht „Ausnahmsweise“. Diese Einteilung dient allein Eurem Schutz - die Infektionskette kann nur so klein gehalten werden.
- Es werden Gruppenlisten und Anwesenheitsformulare unter Beachtung des Datenschutzes geführt und verwendet.

Sportarten – Spezifisch:

- Tischtennis: Feste Paar-Einteilung pro Trainingseinheit, eigene Tischtennisschläger mitbringen; Seiten- oder Plattenwechsel während der Trainingsstunde möglichst vermeiden; Kein Doppel oder Rundlauf; Kein Anhauchen des Balles etc.; Platten nach dem Training desinfizieren (Oberfläche /Sicherungen/ Kanten) und **abbauen**
- Turnen: Einstieg mit sportartunspezifischen Training (Kraft, Beweglichkeits - und Koordinationstraining; Ballett etc.), auch Freiland. In Phase 2 spezifisches Training in kleinen Gruppen; nur Training von sicher beherrschten Elementen / keine Hilfestellung / Arbeiten an Gerätestationen/ 1 Turnerin pro Gerät; Desinfizieren von benutzten Materialien/ Eltern-Kindturnen = 1 Erwachsener/ 1Kind.
- Die Turnabteilung steigt mit Eltern-Kind-Turnen 3-4 Jahre und dem Leistungsturnen ab Jahrgang 2012 wieder, die jüngeren Jahrgänge kommen zu einem späteren Zeitpunkt dazu. Das Kinderturnen hat bislang keine Empfehlung vom DTB und wird daher auch erst zu einem späteren Zeitpunkt starten.
- Tanzsport: Paartanz für Paare aus einem Haushalt möglich; ansonsten nur Solotänze