

**Trainingsdurchführung während
der Corona-Pandemie
TB Wülfrath
- Schwimmabteilung –**

Version: 1.0

Stand: 10.08.2020

1 Vorwort

Dieses Dokument beschreibt die Durchführung des Schwimmtrainings der Schwimmabteilung des TB Wülfrath während der Corona-Pandemie. Für einen dauerhaften und störungsfreien Trainingsbetrieb ist es unerlässlich, dass sich alle Sportler*innen an die hier beschriebenen Abläufe halten und das Trainerteam nach besten Kräften unterstützen.

In diesem Dokument werden lediglich die Abläufe des Trainings beschrieben. Das vollständige Hygienekonzept ist auf der Homepage der Schwimmabteilung (www.tbw-schwimmen.de) verfügbar. Es gelten zu jeder Zeit die Bestimmungen der aktuell gültigen Corona Schutzverordnung (CoronaSchVO).

2 Trainingszeiten

Die Schwimmabteilung des TBW Wülfrath trainiert bis auf weiteres zu den folgenden Zeiten:

Tag	Mannschaft	Trainingszeit (Wasserzeit)
Montag	Nachwuchs	17:15 – ca. 18:15 Uhr
	2. Mannschaft	18:15 – ca. 19:15 Uhr
	1. Mannschaft	19:15 – ca. 20:30 Uhr
	Masters	20:30 – ca. 21:30 Uhr
Donnerstag	2. Mannschaft	16:30 – ca. 17:30 Uhr
	1. Mannschaft	17:30 – ca. 18:30 Uhr
Samstag	Nachwuchs	12:30 – ca. 13:15 Uhr
	1. Mannschaft	13:15 – ca. 14:10 Uhr

Wir bitten um Verständnis, wenn die Endzeiten am Anfang noch etwas Variieren. Wir werden selber noch Erfahrungen sammeln müssen, wie schnell das Abtrocknen und Umziehen der Sportler*innen nach dem Training funktioniert.

3 Einlass in die Schwimmhalle

Um eine Gruppenbildung zu vermeiden, werden die Sportler*innen in Gruppen von den Trainern in die Umkleiden geleitet. Ein eigenständiges Eintreten in die Umkleiden, Duschen und Schwimmhalle ist nicht gestattet. Ebenso dürfen Eltern nicht mit in das Gebäude kommen.

Der Treffpunkt ist immer vor dem Außeneingang. Dabei ist jederzeit ein Abstand von 1,5 Metern zwischen den Sportler*innen einzuhalten. Beim Betreten des Gebäudes und der Umkleiden ist von allen Sportler*innen ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.

Die Sportler*innen müssen pünktlich zum Training erscheinen (Nicht früher und auch nicht später). Nach den Einlasszeiten wird die Tür zum Eingang der Umkleiden abgeschlossen, so dass ein späteres Umkleiden nicht möglich ist.

Der Treffpunkt für die einzelnen Gruppen ist wie folgt:

Tag	Mannschaft	Bahnen	Treffpunkt vor dem Gebäude
Montag	Nachwuchs	1, 2	17:00 Uhr
	Nachwuchs	3, 4	17:10 Uhr
	2. Mannschaft	1 – 4	17:55 Uhr
	1. Mannschaft	1 – 4	18:55 Uhr
	Masters	1 – 4	20:15 Uhr
Donnerstag	2. Mannschaft	1 – 4	16:15 Uhr
	1. Mannschaft	1 – 4	17:10 Uhr
Samstag	Nachwuchs	1, 2	12:15 Uhr
	Nachwuchs	3, 4	12:25 Uhr
	1. Mannschaft	1 - 4	12:55 Uhr

Wir bitten darum, dass die Schwimmkleidung bereits unter der Straßenbekleidung zu Hause angezogen wird, um die Umziehzeiten zu verkürzen (aber bitte an Unterwäsche für nachher denken).

Die Schränke können genutzt werden, es gibt allerdings keine Möglichkeit, die Schränke abzuschließen. Auch wenn die Eingangstür zu den Umkleiden während des Trainings geschlossen ist, sollten Wertgegenstände möglichst zu Hause bleiben, oder aber in der Schwimm Tasche mit in die Halle genommen werden.

In der Halle werden den einzelnen Bahnen Wartebereiche zugewiesen, in denen auch die Taschen abgestellt werden können. Dort warten die einzelnen Gruppen auch nach dem Duschen (Zugang nur aus der Schwimmhalle), bis sie von den Trainern zum Training gerufen werden (die vorherige Gruppe muss erst vollständig das Wasser verlassen haben). Auch hier bitten wir darum, dass der Abstand von 1,5 Metern selbstständig eingehalten wird. Platz haben wir genug.

4 Nach dem Training

Das Ende des Trainings werden wir, wie den Trainingsbeginn auch, gestaffelt durchführen. Die Duschen können nach dem Training nicht genutzt werden. Bitte das Duschen zu Hause unbedingt nachholen, um das Chlorwasser von der Haut abzuspülen. Die Sportler*innen ziehen sich nach dem Training möglichst schnell um und verlassen umgehend das Gebäude. Wir gehen davon aus, dass alle Sportler*innen ca. 10 Minuten nach dem Ende des Trainings das Gebäude verlassen haben (als Richtwert für die abholenden Eltern). Beim Verlassen der Umkleiden und des Gebäudes ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.

Die Nutzung von Föhnen jeglicher Art ist untersagt. Für den Winter bitte daher unbedingt an eine geeignete Kopfbedeckung denken.