**Leitlinien für das Training des WSV Koblenz-Metternich auf der Grundlage der jeweils gültigen Corona-Bekämpfungsverordnung rlp – Stand: 21. September 2020**

**1)** **Training im Saal**

 -max. **15** Personen

 -Mindestabstand von 1,5 m soweit möglich einhalten

 -für gute Durchlüftung sorgen durch Öffnen der Fenster während des gesamten Trainings

 -genutzte Trainingsgegenstände/-Geräte VORHER UND NACHHER reinigen (Reinigungsmittel wird

 bereitgestellt)

 - allgemeine Hygieneregeln beachten! (Hände vor und nach dem Training waschen, Niesetikette

 usw.)

**2) Training im Kraftraum**

 - max. **8** Personen

 -Mindestabstand von 1,5 m soweit möglich einhalten

 -für gute Durchlüftung sorgen durch Öffnen des Fensters und der Tür während des gesamten

 Trainings

 -genutzte Trainingsgegenstände/-Geräte VORHER UND NACHHER reinigen (Reinigungsmittel wird

 bereitgestellt)

 -Benutzung eines eigenen Handtuchs als Unterlage an den Geräten/ Hantelbänken

 - allgemeine Hygieneregeln beachten! (Hände vor und nach dem Training waschen, Niesetikette

 usw.)

**3) Training an der Außenanlage**

-In Gruppen bis zu 30 Personen auch ohne Abstandswahrung zulässig, jedoch soweit möglich Mindestabstand von 1,5 m einhalten. Bei Gruppen mit mehr als 30 Personen ist die Einhaltung eines Mindestabstands von 1,5 m zwingend.

 -genutzte Trainingsgegenstände/-Geräte VORHER UND NACHHER reinigen (Reinigungsmittel wird

 bereitgestellt)

 -allgemeine Hygieneregeln beachten! (Hände vor und nach dem Training waschen, Niesetikette

 usw.)

**4) Wassertraining** a) Kanurennsport:

 -Training in allen Booten möglich

 -Paddel, die von mehreren Sportlern genutzt werden, vorher und nachher

 reinigen

 b) Drachenboot:

 -kann mit volle Besetzung paddeln

 -Paddel, die von mehreren Sportlern genutzt werden, vorher und nachher

 reinigen

 -Reinigung des Drachenboots nach Trainingsende

 c) Wanderfahrer:

 -Training in allen Booten möglich

 -Paddel, die von mehreren Sportlern genutzt werden, vorher und nachher

 Reinigen

**5) Nutzung der** a) Umkleiden:

 -Nutzung nur max. 10 Personen gleichzeitig -

 -alternativ Umziehen und abstellen der Sporttaschen im Saal möglich (max. 10

 Personen)

 -die Sportler sollen nach Möglichkeit in Sportkleidung zum Training erscheinen

 b) Duschen dürfen genutzt werden unter der Voraussetzung, dass max. 2 Sportler den Duschraum betreten und diese der gleichen Trainingsgruppe angehören!

 c) Toiletten

 -nur einzeln betreten

 -allgemeine Hygieneregeln beachten!

**6) Dokumentation der Anwesenheit** a)Trainingsgruppen:

 -der zuständige Trainer ist verpflichtet, die Anwesenheit

 seiner Sportler (Name, Datum, Uhrzeit, Trainingsstätte) in

 einem Trainingsheft, welches er bei sich führt, zu

 dokumentieren

 b) Einzelsportler:

 -Sportler, die keiner Gruppe mit Trainer angehören, sind

 verpflichtet, die Anwesenheit in einem ausliegenden

 Trainingsheft zu dokumentieren.

**7) Allgemeine Hygieneregeln und Maßnahmen** -Unterweisung der Sportler durch die zuständigen

 Trainer

 -Mindestabstand von 1,5 m einhalten wenn

 Gruppen größer als 30 Personen

 -in Innenräumen für gute Durchlüftung sorgen

 -Trainingsgeräte vorher und nachher reinigen

 -auf Hantelbänken eigenes Handtuch als Unterlage

 nutzen

 -Beachtung der max. Personenanzahl in den

 verschiedenen Räumlichkeiten

 -Händewaschen vor und nach dem Training, nach

 Toilettengang

 **-auch bei geringsten Krankheitssymptomen besteht**

 **absolutes Trainings- und Aufenthaltsverbot!**

**Ein hohes Maß an Eigenverantwortlichkeit wird vorausgesetzt!**

**Bei Verstoß gegen die geltenden Regeln, droht der Ausschluss vom Trainingsbetrieb!**

**Auch bei geringsten Krankheitssymptomen besteht absolutes Trainings- und Aufenthaltsverbot!**