

## Besondere Regeln während der Corona-Pandemie im Trampolintraining

Die Corona-Pandemie erfordert für das Trampolintraining besondere Maßnahmen. Mit der Einhaltung dieser Regeln – neben der bereits bestehenden allgemeinen Gruppenregeln (siehe [www.svn-muenchen.de](http://www.svn-muenchen.de) » „Turnen & Ballett“ » „Trampolin“ » „Downloads“) – werde ich meinen Teil dazu beitragen, dass die Gesundheit für jeden Sportler während der Trainingseinheiten gewährleistet ist.

### » Grundsätzliches...

- ✓ Ich komme nicht zum Training wenn ich mich krank fühle.
- ✓ Ich komme nicht zum Training, wenn bei mir innerhalb der letzten 14 Tage COVID-19 diagnostiziert wurde.
- ✓ Ich komme nicht zum Training, wenn ich innerhalb der letzten 14 Tage Kontakt zu einer mit COVID-19 infizierten Person hatte.
- ✓ Ich halte mich auch außerhalb der Trainingszeiten an die geltenden Vorgaben des Freistaat Bayerns um mich und die anderen Trainingsteilnehmer zu schützen.
- ✓ Ich halte auf dem Vereinsgelände, insbesondere in der Turnhalle, zu jeder Zeit zu anderen Personen den gesetzlich vorgegebenen Mindestabstand
- ✓ Ich trage eine Mund-Nase-Bedeckung. An meinem fest zugewiesenen Platz und zu meiner Sprungzeit auf dem Trampolin kann diese abgenommen werden.

### » Vor Beginn des Trainings...

- ✓ Ich komme pünktlich zum Training, da zum Beginn des Trainings eine Anwesenheitsliste erstellt werden muss - aber maximal fünf Minuten vor Trainingsbeginn, da eine Überschneidung mit einer vorangehenden Trainingsgruppe unterbleiben muss.
- ✓ Ich besuche nur in die Trainingsgruppe, in der ich mich angemeldet habe. Die für das laufende Schuljahr gültige Anmeldung finde ich unter [www.svn-muenchen.de](http://www.svn-muenchen.de) » „Turnen & Ballett“ » „Trampolin“ » „Downloads“
- ✓ Ich komme alleine zum Training (keine Fahrgemeinschaften mit haushaltsfremden Personen).
- ✓ Ich betrete alleine das Vereinsgelände und treffe mich nicht bereits vor der Halle mit anderen Trainingsteilnehmern.
- ✓ Ich desinfiziere mir direkt nach Ankunft die Hände.
- ✓ Ich komme bereits in sporttauglicher Kleidung zum Training, da die Umkleiden geschlossen bleiben müssen.
- ✓ Ich verabschiede mich bereits vor dem Sportgelände von meinen Eltern - es dürfen nur Trainingsteilnehmer die Turnhalle betreten.

### » Während des Trainings...

- ✓ Ich melde mich direkt nach Ankunft beim Trainer, damit dieser mir sagen kann, was ich zu tun habe oder wo ich warten muss.
- ✓ Ich bleibe immer an dem mir vom Trainer zugewiesenen Trampolin.
- ✓ Ich warte auf meine Sprungzeit immer auf dem mir vom Trainer zugewiesenen Platz.
- ✓ Ich lasse meine persönlichen Dinge (Tasche, Getränk, o.ä.) ebenso an dem mir vom Trainer zugewiesenen Platz liegen.
- ✓ Ich desinfiziere nach problematischen Kontakten das von mir genutzte Sportgerät.

### » Nach dem Training...

- ✓ Ich verlasse das Sportgelände einzeln, gehe direkt alleine nach Hause und treffe mich nicht noch mit anderen Trainingsteilnehmern im Anschluss zum Training.

**Mit meiner Teilnahme an einer Trainingseinheit akzeptiere und beachte ich diese Regeln. Mir ist bewusst, dass ich bei Verstoß gegen einer dieser Regeln sofort und bis auf Widerruf vom Vereinstraining ausgeschlossen werde.**