

Durchführungskonzept für Präsenzkurse

(Ersatz Schutz- und Hygienekonzept)

Ina Friebel Physiosonne

<https://www.physiosonne.de>

info@physiosonne.de



Inhalt:

- **Organisatorisches**
- **Verhaltens-, Sicherheits- und Hygieneregeln**
- **Lüftungskonzept**

Anlagen:

1. **Teilnehmerinformation Kursteilnehmer**

Organisatorisches

- Dieses Durchführungskonzept ist erstellt auf Basis der

Vorgaben der aktuellen 14.Bayerischen Infektionsschutzmaßnahmenverordnung (01.September 2021) des Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege.

aktuellen Rahmenkonzept (24.Juni 2021) Sport des Bayerischen Staatsministerium des Innern, für Sport und Integration und für Gesundheit und Pflege (weiter Gültig nach Vorgabe des Gesundheitsamtes Ingolstadt bis zur Veröffentlichung eines aktuellen Konzeptes)

Vorgaben der örtlich zuständigen Kommune und untere Kreisverwaltung.

baulichen und organisatorischen Gegebenheiten
- Personen, die nicht zur Einhaltung der nachfolgenden Regeln und Umsetzung der Anlagen bereit sind, ist im Rahmen des Hausrechtes der Zutritt zu verwehren.
- Das Konzept ist abhängig von der „aktuellen“ Krankenhausampel, wird der Bereich „grün“ verlassen, gelten die neuen Vorgaben des Gesundheitsamtes.
- Durch Veröffentlichung auf der Website, Information via Emails und Ansprache zu Beginn der Kursstunde ist sichergestellt, dass alle Kursteilnehmer ausreichend informiert sind.
- Die Einhaltung des Durchführungskonzept wird regelmäßig überprüft. Bei Nicht-Beachtung erfolgt ein Platzverweis

Verhaltens-, Sicherheits- und Hygieneregeln

- Die Anreise erfolgt bereits in Sportkleidung.
- Durch die vermehrte Lüftung können die Kursräume kühler sein, entsprechende Sportkleidung ist von den Kursteilnehmern einzuplanen.
- Die Kursteilnehmer warten vor Kursbeginn auf dem Parkplatz oder vor dem Eingang und halten einen Mindestabstand von 1,5 Metern ein.
- Jeglicher Körperkontakt (auch z. B. Begrüßung, Verabschiedung, etc.) ist untersagt. Der Kurs wird kontaktfrei durchgeführt. Dieses gilt nicht für Teilnehmer aus dem gleichen Hausstand.
- Die Kursteilnehmer betreten die Kursräumlichkeiten erst nach Aufforderung der Kursleitung.
- Die Kursteilnehmer alter 6 Jahre tragen eine FFP2 Maske (oder mindestens gleichwertig). Diese Maske wird über Mund und Nase getragen.
- Die Maske darf, am vom Kursleiter zugewiesene Trainingsplatz, bei der Sportausübung abgelegt werden.

- Die Trainingsplätze haben mindestens 1,5 Meter Abstand zueinander.
- Beim verlassen des Platzes, bei Kursende oder beim WC Gang, ist die Maske wieder zu tragen.
- Vor dem Kursbeginn weist der Kursleiter auf die Regeln hin.
- Bei einer Inzidenz größer 35 ist eine Teilnahme nur geimpften, genesenen oder getesteten gestattet. Tagesaktueller Wert: <https://www.ingolstadt.de/corona>
Ausgenommen sind Teilnehmer unter 6 Jahre.
- Mitglieder, die Krankheitssymptome aufweisen, wird das Betreten der Kursräume und die Teilnahme am Kurs untersagt.
- Die Kursteilnehmer fühlen sich gesund und zeigen keine Krankheitssymptome. Im Falle einer Erkrankung bis zu 14 Tage nach dem Trainingstermin informieren diese umgehend auch die Kursleitung Ina Friebel. Haben die Kursteilnehmer in den letzten 14 Tagen einen Kontakt zu einem Corona-Infizierten, bleibe diese dem Training fern. Sollte sich Kursteilnehmer nach dem Kurstermin Kenntnis über einen solchen Kontakt erlangen, informiere diese auch umgehend die Kursleitung Ina Friebel.
- Die Kursteilnehmer desinfizieren sich die Hände vor dem Kursbeginn.
- Auf den Einsatz von Sportmaterialien wird möglichst verzichtet.
- Die Kursteilnehmer bringen sich eine geeignete Unterlage (Yogamatte oder große rutschhemmende Decke) selber mit.
- Die Kursteilnehmer bringen ein eigenes Desinfektionsmittel sowie ein geeignetes Handtuch mit.
- Der Kurse bestehen jeweils aus einem festem Kursverband mit festem Kursleiter.
- Die Rückverfolgbarkeit ist gegeben durch den Einsatz eines EDV gesteuerten Anmeldeverfahren.
- Die Kursteilnahme wird jeweils dokumentiert.
- Das hoch intensive Training im anaeroben Bereich ist untersagt.
- Die Kurse werden im aeroben Bereich durchgeführt
- Nach Abschluss des Kurs erfolgt die unmittelbare Verlassen des Kursraumes mit sofortiger Abreise der Teilnehmer..

Lüftungskonzept

- mindestens 10 Minuten vor Kursbeginn werden alle Lüftungsöffnungen durch die Kursleitung geöffnet.
- Witterungsbedingt werden Lüftungsöffnungen während des Kurses geschlossen.
- Am Ende des Kurses werden sofort alle Lüftungsöffnungen für mindestens 10 Minuten geöffnet