



Informationsblatt zum Training in Corona-Zeiten

Leichtathletik Förderzentrum München

Stand: 06.06.2020 – Aktualisierungen auf Seite 2 beachten!

Liebe Athleten,

bis zu einem Training unter normalen Bedingungen wird es noch lange dauern. Die folgenden Regelungen sollen alle Athleten, Eltern und Trainer darüber informieren, welche Auflagen uns gemacht wurden und wie wir sie umsetzen. Dieses Infoblatt wird aktualisiert, sobald die Regelungen sich verändern. Vergewissert euch bitte also immer, dass ihr die aktuelle Version kennt. Ihr findet sie auf der Website www.lfz-muenchen.de unter „Dokumente“. Eltern der Leistungsgruppen müssen diese Regelungen einmalig per E-Mail akzeptieren. Trainer müssen diese Information mit Datum und Unterschrift unterzeichnen und beim Vorstand abgeben.

Euer LFZ-Vorstand

Welche Gruppen trainieren wieder?

Alle.

Wo dürfen die Gruppen trainieren?

Im Dantestadion, Hof des SAGs, Hirschanger, oder auf freien Flächen in der Öffentlichkeit. Hallentraining ist momentan nicht vorgesehen.

Wann trainieren die Gruppen?

Dies wird direkt zwischen den Athleten und Trainern abgestimmt. Die Trainingszeiten im Dantestadion können von uns übrigens nicht verhandelt werden.

Wer trägt die Verantwortung?

Die Verantwortung für die allgemeine Gesundheit verbleibt beim Athleten, bei Minderjährigen bei den Eltern. Es können nur Personen das Training aufnehmen, die aktuell oder in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV-Infektion (Husten, Fieber, Halsschmerzen, erhöhte Temperatur ab 38°C, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen) oder eine nachgewiesene SARS-CoV-Infektion haben/hatten. Ebenso darf keiner am Training teilnehmen, wenn er in den letzten 14 Tagen Kontakt zu einer Person hatte, die positiv getestet wurde. Für Trainer gelten dieselben Regeln. Für die Umsetzung der Trainingsbedingungen sind die Trainer zuständig.

Allgemeine Hygieneregeln

- 1,5m Abstand zw. Personen, kein Körperkontakt!
- Maskenpflicht bei Anreise und dem Toilettengang
- Umkleiden/Duschen geschlossen, Toiletten offen
- Regelmäßiges Händewaschen/Desinfizieren
- Desinfizieren von Geräten nach Gebrauch
- Nur Nutzung von eigenen Matten/Handtüchern

Teilnahmeregeln

- Gruppengröße bis 20 Personen (ab 8.6.) erlaubt
- Athleten dürfen nur mit Trainer trainieren, Kinder <14 Jahren nur in Anwesenheit eines Trainers ≥18
- Keine Zuschauer beim Training (auch keine Eltern)
- Teilnehmer der Leistungsgruppen müssen am Ende des Trainings das Trainingsprotokoll ausfüllen.

Disziplinregeln

- Sprint: Mindestens eine Bahn Abstand lassen. Staffeltraining ist nicht erlaubt. Startblöcke sind klar einem Athleten zuzuweisen.
- Lauf: Mit einem Mindestabstand von 15m, beim Überholen muss eine Bahn freigelassen werden.
- Sprung: Auflegen der Latte oder Rechen der Grube ist nur durch den Trainer erlaubt.
- Wurf: Geräte werden klar Athleten zugeordnet und durch keinen anderen genutzt.
- Kraft: Die Personenzahl muss auf die Größe des Krafraums angepasst werden. Ansonsten wird ein geräteloses Training im Freien organisiert.

Was passiert bei Verdachtsfällen/Infektionen?

- Wenn während des Trainings der Verdacht einer Infektion aufkommt, müssen die Eltern ihr Kind unverzüglich persönlich abholen
- Wer positiv getestet wurde und zuvor am Training teilgenommen hat, muss dies unverzüglich seinem Trainer, der Trainer meldet es Christian Gadenne.

Personen, die sich bewusst den Regeln widersetzen, werden für mind. 2 Wochen ausgeschlossen.



Informationsblatt zum Training in Corona-Zeiten

Leichtathletik Förderzentrum München

Stand: 06.06.2020

Aktualisierungen nach dem 07.05.2020

17.05.2020 – Wo dürfen die Gruppen trainieren: Die 4. Bayerische Infektionsschutzmaßnahmenverordnung vom 5. Mai erlaubt in §9 den Trainingsbetrieb unter Einhaltung der Regeln auf Seite 1.

21.05.2020 – Um im Dantestadion trainieren zu dürfen, müssen alle Trainer und Athleten jetzt auch noch einen Symptomfragebogen ausfüllen (zunächst bis zu den Pfingstferien). Dieser Fragebogen muss für jede Kalenderwoche, der ein Athleten/Trainer am Training teilnimmt, an an Christian Gadenne (Geschäftsführer der LG) geschickt werden (gadenne@lg-swm.de). Wir haben uns vom Bayerischen Leichtathletikverband versichern lassen, dass die Fragebögen vertraulich behandelt und nur auf behördliche Anweisung herausgegeben wird.

01.06.2020 – Der Corona-Fragebogen für das Training am Dantestadion muss nicht mehr ausgefüllt werden. Alle Gruppen (auch Kids Club und Erwachsenensport) können wieder trainieren. Trainer werden nicht mehr aufgefordert die Gruppen nach Möglichkeit immer aus denselben Personen zusammensetzen. Das Training ist nun auch am Sankt-Anna-Gymnasium (Außenbereich) und Hirschanger möglich. Ab dem 8. Juni dürfen wieder Gruppen von bis zu 20 Personen kontaktfrei gemeinsam trainieren.

06.06.2020 – Die Regel 30m Abstand zwischen Gruppen zu halten wurde aufgehoben. Hochsprungtraining mit mehreren Athleten ist wieder erlaubt.