



## Verhaltens- und Hygieneregeln

Hiermit verpflichte ich mich die hier aufgeführten Verhaltens- und Hygieneregeln für das Training beim MTV Salzgitter v.1863 e.V. einzuhalten und trage somit aktiv dazu bei, das Risiko einer Infektion mit Covid-19 für mich und meine Mitmenschen zu minimieren.

### **Grundsätze**

- Oberster Grundsatz ist die Einhaltung der Abstandsregel von min. 1,50m in allen Situationen
- Ein Mund-Nasen-Schutz ist bis/ab den Umkleidebereichen zu tragen
- Des Weiteren sind in allen Bereichen Warteschlangen auf jeden Fall zu vermeiden
- Alle Teilnehmer\*innen müssen bei Betreten der Trainingsstätte absolut symptomfrei sein
- Bei auftretenden Krankheitssymptomen (auch außerhalb des Trainingsbetriebes) ist eine sofortige Information an die Geschäftsstelle ([info@mtv-salzgitter.de](mailto:info@mtv-salzgitter.de)) zu geben
- Das Föhnen der Haare ist nicht gestattet
- Die Anwesenheit aller Beteiligten am Trainingsbetrieb wird dokumentiert und 3 Wochen innerhalb des Vereins aufbewahrt

### **Gebäudezugang**

- Alle Vereinsmitglieder desinfizieren sich beim Gebäudeeingang an den dort aufgestellten Spender die Hände
- Gäste, Besucher und Eltern dürfen das Gebäude nicht betreten.  
Eltern der Seepferdchen Kinder dürfen die Kinder bis zu den Umkleiden begleiten und dort wieder abholen.
- Pünktliches Erscheinen (15 Minuten vor Trainingsbeginn vor dem Eingang) aller Mitglieder ist ausgesprochen wichtig

### **Umkleidezugang vor dem Training**

- Es werden ausschließlich die Einzelkabinen benutzt. Hier sollte immer eine freie Kabine zwischen zwei benutzten frei sein. Sammelumkleiden sind geschlossen
- Sollten alle Umziehkabinen belegt sein, ist im Stiefelgang unter Beachtung des Abstandes zu warten, bis die nächste Kabine frei wird
- Bei der Belegung der Schränke für die Umkleidesachen ist unbedingt auf die Abstandsregel zu achten
- Die Aktiven sollen möglichst mit der Badebekleidung drunter gezogen zum Schwimmbad erscheinen, um die Umkleidezeit zu minimieren.

### **Duschen vor dem Training**

- Es dürfen beide Seiten der Duschen (Sammel- und Einzelduschen benutzt werden. Zwischen den benutzten Duschen muss immer eine unbenutzte Dusche sein.
- Sollte der Duschbereich voll belegt sein, kann erst die nächste Person den Duschbereich betreten, wenn eine andere Person den Bereich verlässt
- Zügiges Duschen verringert die Wartezeit anderer aktiver Schwimmer

### **Schwimmhalle**

- Alle Mitglieder des kommenden Vereins gehen nach der Dusche links herum auf die lange Seite des Beckens auf die linken Seite (Therapiebeckenseite) bis max. 2 m vor der Ein-/ Ausstiegsleiter

- Wenn alle Aktiven des gehenden Vereins die Stirnseite des Schwimmbeckens auf der Schwimmmeisterhäuschenseite verlassen haben, können die Trainer des kommenden Vereins die Aktiven in das Wasser schicken
- Pro Gruppe erfolgt das Training auf einer Doppelbahn mit max. 16 Personen pro Gruppe
- Das Trainingsbecken wird von der Wendewand mit Sprung ins Wasser betreten unter Einbehaltung der Abstandsregel von 1,5m. Bahn 5 betritt das Wasser von der Seite
- Bei Toilettengängen bitte auf die Abstandsregel achten

### **Training**

- Den Ablauf des Trainings organisiert jeder Verein selbst. Hierbei ist insbesondere durch den Trainer darauf zu achten, dass die Abstandsvorgaben eingehalten werden (laut der BSF max. 54 Personen im Schwimmerbereich, im Nichtschwimmerbereich max. 36 Personen)
- Die Trainer tragen bei Ansagen an die Schwimmer einen Mund-/Nasenschutz
- Es können nur persönlich vorhandene Schwimmbretter, Pullbuoys, Pullkicks etc. zur Benutzung kommen
- Ein Aufschwimmen, Überholen bzw. Körperkontakt ist beim Schwimmen auf der Bahn zu vermeiden
- Bei Pausen während des Trainings muss die 1,5m Abstandsregel eingehalten werden.

### **Nach dem Training**

- Die Aktiven verlassen über beide Ein-/ Ausstiegsleitern des Schwimmbeckens das Wasser (zuerst die Doppel-Außenbahn 1-2 und die Bogenbahn, dann die Doppel-Innenbahn 3-4)
- - Nach dem Verlassen des Wassers gehen alle Aktiven sowie Trainer über die Stirnseite am Schwimmmeisterhäuschen auf die lange Beckenseite, wo sich das Außenbecken befindet
- - Der gehende Verein macht umgehend die Einstiegsleitern für den kommenden Verein frei, sodass dieser mit dem Training beginnen kann

### **Duschen nach dem Training**

- Wenn alle Aktiven des kommenden Vereins mit dem Duschen fertig sind, kann der gehende Verein die Schwimmhalle verlassen. An dieser Stelle wird jedem bewusst, dass das pünktliche Erscheinen der Mitglieder des kommenden Vereins ausgesprochen wichtig ist

### **Umkleiden nach dem Training**

- Auch hier gelten die gleichen Vorgaben wie unter „Umkleiden vor dem Training“
- Das Föhnen der Harre ist gestattet und das Gebäude ist danach umgehend zu verlassen

---

**Name des Schwimmers bitte in Blockschrift**

---

**Datum**

---

**Unterschrift Schwimmer/Erziehungsberechtigter**