

Covid-19 Schutzkonzept der Sharks Allstars

Cheerleader Berlin

KSV Ajax Neptun 1879 e.V.

Das Konzept hat die Aufnahme des Cheerleading Sports im Rahmen eines reduzierten Trainingsbetriebes der Sharks Allstars Cheerleader Berlin zum Ziel.

Dies unter Einhaltung der Anforderungen des DOSB, LSB, der Stadt Berlin und des CCVD's.

Durch die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes wollen wir unseren Mitgliedern die Möglichkeit bieten, sich im reduzierten Rahmen weiter sportlich zu betätigen und ihren Sport auszuüben. An erster Stelle steht dabei aber immer der Schutz der Gesundheit aller Mitglieder und ihrer Angehörigen.

Mitglieder, welche sich nicht an die nachfolgenden Maßnahmen halten, werden darum erst ermahnt und anschließend vom Trainingsbetrieb bis auf weiteres ausgeschlossen. Die Trainingsanwesenheit bleibt auf Grund der aktuellen Situation bis auf weiteres freiwillig.

Das Konzept stützt sich auf die Maßnahmen des DOSB und die Vorgaben des Verbandes – CCVD, welchem die Sharks Allstars Cheerleader Berlin angehören. Ebenso werden die Vorgaben der Stadt Berlin berücksichtigt und umgesetzt.

1. Vor dem Training:

- Sportler*innen oder Trainer*innen, welche Krankheitssymptome aufweisen, dürfen nicht am Training teilnehmen!
- Sie informieren ihre Trainer*innen/Teamverantwortlichen über aufgetretene Symptome und wenden sich an ihren Hausarzt.
- Am Training darf nur teilnehmen, wer sich vorab in unsere Online-Trainingslisten eingetragen hat
- Umkleiden und Duschen dürfen **NICHT** genutzt werden, daher kommen alle Sportler*innen bereits fertig umgezogen zum Training
- Jedes Mitglied hat eine beschriftete und befüllte Trinkflasche zum Training mitzubringen
- Der Headcoach definiert die Trainingsgruppen, welche sich vorher online registriert haben, in unterschiedlichen T-Shirt-Farben trainieren, um ein Vermischen der Trainingsgruppen zu vermeiden
- Trainiert wird in 2 Gruppen mit á 11 Sportler*innen und einem Trainer, dabei wird der Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten zwischen den einzelnen Athleten und beide Gruppen in zwei Hallen trainiert
- Während des Trainings sind keine Zuschauer oder Angehörigen in der Sporthalle erlaubt

2. Weg zum Training

- Die Sportler*innen kommen pünktlich zum Training um Wartezeiten vor dem Eingang der Sporthalle zu vermeiden, werden einzeln aufgerufen und auf der Anwesenheitsliste abgehakt und eingelassen
- Sollte es doch zu Wartezeiten kommen, ist ein Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten – dabei werden Markierungen auf dem Boden den Abstand anzeigen und die Gruppen untereinander auch durch das Aufstellen auf verschiedenen Seiten getrennt
- Auch der Eingangs- und Ausgangsbereich der Halle werden auf zwei Seiten mit unterschiedlicher Markierung kenntlich gemacht
- Angehörige und Eltern werden gebeten, die Sporthalle nicht zu betreten

3. Aufenthalt Trainingsinfrastruktur

- Vor dem Training – beim Betreten der Sporthalle – sind die Hände zu desinfizieren – das erforderliche Desinfektionsmittel wird durch den Verein über die Coaches zur Verfügung gestellt.
- Es wird bei allen Sportler*innen zu Beginn via Infrarot Fiebergemessen und die jeweilige Temperatur notiert – dabei trägt der Headcoach einen Mund-Nasen-Schutz. Sollte die Temperatur 37 Grad übersteigen, wird der Sportler*innen vom Training ausgeschlossen
- Die Coaches tragen bei der Ausgabe des Desinfektionsmittels einen Mundschutz, ebenso bei der Kontrolle der Anwesenheit
- Die anwesenden Coaches weisen den eintreffenden Mitgliedern einen Trainingsplatz zu, welcher während des gesamten Trainings zu halten ist
- Die Toiletten können nur in einer reduzierten Form genutzt werden

4. Während des Trainings

- Der Headcoach verantwortet die Umsetzung der Maßnahmen während des Trainings
- Der Headcoach führt eine schriftliche Anwesenheitsliste über die Gruppen
- Der Headcoach wählt die Platzverhältnisse so, dass die Vorgaben der Stadt Berlin und der Mindestabstand von 1,5 Metern Distanz zur nächsten Person jederzeit eingehalten werden können
- Der Headcoach stellt sicher, dass die Gruppen klar zugeordnet sind und nicht durchmischt werden:
- Physich: Unterteilung durch das Nutzen von 2 Sporthallen und durch die Trennung mit einer Trennwand in der Halle Freitags/Montags
- Visuell: Definieren von T-Shirt Farben im Vorfeld
- Visuell: Nutzung von unterschiedlichen Matten
- Körperkontakt ist während des gesamten Trainings verboten -> Der jeweilige Trainer wählt geeignete Übungen und einen geeigneten Trainingsablauf um dies jederzeit gewährleisten zu können (kein Stunten, keine Pyramiden, keine Baskets, kein Spotten beim Tumbling etc.)
- Jedes Mitglied ist auch mit eigenverantwortlich den Mindestabstand von 1,5 Metern zu wahren
- Jegliche Verpflegung oder Getränke sind durch die Mitglieder selber mitzubringen

- Ein Mund-Nasen-Schutz kann auf freiwilliger Basis getragen werden und wird durch den Verein zur Verfügung gestellt

5. Nach dem Training

- Das Training endet jeweils vor dem regulären Trainingsende
- Die Trainer stellen sicher, dass alle Mitglieder die Sporthalle 10 Minuten vor dem regulären Trainingsende verlassen
- Jede Gruppe verlässt einzeln die Sporthalle und auch die Mitglieder gehen im Abstand von 1,5 Metern aus der Halle
- Nach dem Training werden alle Matten durch die Trainer mit einer Wischdesinfektion desinfiziert
- Nach dem Training sind erneut die Hände beim Verlassen der Sporthalle zu Desinfizieren
- Die Trainingshalle wird nach jeder Sportgruppe für mind. 10 Minuten ausgiebig gelüftet
- Nach dem Training sollen die Sportler*innen möglichst schnell und auf direktem Weg nach Hause gehen

Umsetzungsverantwortliche:

- Verantwortliche für die Umsetzung aller Maßnahmen ist der Headcoach
- Er veranlasst Verschärfungen oder Anpassungen der Maßnahmen
- Ist Ansprechpartner für Trainer, Verband, Stadt Berlin, Eltern und Sportler*innen
- Instruiert Trainer über die zu treffenden Maßnahmen

Die Wiederaufnahme des Trainings dient der Wettkampfvorbereitung für nationale und internationale Wettkämpfe. Dabei steht auf Grund der aktuellen Situation der Aufbau von Kondition und Kraft im Vordergrund. Außerdem sollen unsere Sportler*innen an ihren Jumps (Sprungkombinationen), an ihren Motions für Dance und Cheer sowie an Basic Tumbling ohne Spotter arbeiten. Synchronität, aber auch der Wiederaufbau des Teamzusammenhaltes und der körperlichen Fitness stehen dabei im Vordergrund.

Durch unsere Online-Trainingsregistrierung ist jederzeit eine mögliche Infektionskette lückenlos nachzuweisen. Außerdem sorgen unsere Gesundheits- und Hygienemaßnahmen dafür, eine Ansteckung und Verbreitung zu vermeiden.

Erstellt am: 18. Mai 2020

Änderung für das Training in der Sporthalle: 02. Juni 2020

Erstellt durch: Headcoach und Vorstand Nadine Richter