

Wiedereinstieg in das Schwimmtraining

Stand: 15.07.2020

Gültig ab: sofort

Wichtige Regelungen für beide Bäder:

- Oberster Grundsatz ist die Einhaltung der Abstandsregel von min. 1,50m in allen Situationen außerhalb einer 30-köpfigen **Trainingsgruppe**
- Für eine **Trainingsgruppe** mit max. 30 Personen kann der vorgegebene Abstand von **1,50m unterschritten** werden
- Ein Mund-Nasen-Schutz ist bis/ab den Umkleidebereichen außerhalb des Nassbereiches zu tragen
- **Kinder unter 6 Jahren brauchen kein Mund-Nasen-Schutz tragen**
- Die Trainer/Übungsleiter tragen bei jeder Kommunikation zur Trainingsgruppe/ zum einzelnen Aktiven einen Mund-Nasen-Schutz
- Des Weiteren sind in allen Bereichen Warteschlangen auf jeden Fall zu vermeiden
- Das Föhnen der Haare ist unter Einhaltung der Abstandsregel von 1,50m wieder gestattet
- **Eltern dürfen ihre Kinder bis zur Eingangstür der Schwimmhalle begleiten. Im Nassbereich sind Badelatschen zu tragen. Die Eltern müssen sich untereinander an die Abstandsregel von 1,50m halten.**
- Kurse (z. B. Seepferdchenkurse, etc.) können wieder durchgeführt werden
- Es können nur persönlich vorhandene Schwimmbretter, Poolboys, etc. zur Benutzung kommen. Diese dürfen nicht im Schwimmbad gelagert werden. **Eine Ausnahme bilden hier die notwendigen Seepferdchenutensilien (Bauchgurte, Armreife, Bretter, etc.), die nach jeder Benutzung mit einer Wasser/Spüllösung gereinigt werden müssen.**
- Die Vereine müssen sicherstellen, dass alle anwesenden, auch die Trainer, in einer Liste mit Vor- und Nachname sowie der Kommen- und Gehzeit festgehalten werden. Alle weiteren möglichen Details müssen über die Mitgliederlisten der Vereine zu erfahren sein (Anschrift, etc.). Insbesondere gilt dieses für **Trainingsgruppen**.
- Pünktliches Erscheinen aller Mitglieder ist ausgesprochen wichtig

Folgende Vorgehensweise schlägt der Kreisschwimmverband für beide Bäder vor:

Stadtbad:

Gebäudezugang:

- Alle Vereinsmitglieder desinfizieren sich beim Gebäudezugang die Hände

Umkleidezugang vor dem Training:

- Im Umkleidebereich dürfen sich außerhalb einer Trainingsgruppe pro Sammelumkleide max. 10 Personen, in einer Trainingsgruppe bis zu 30 Personen aufhalten
- Die Aktiven sollten möglichst mit der Badebekleidung drunter gezogen zum Schwimmbad erscheinen, um die Umkleidezeit zu minimieren
- Bevor ein Vereinsmitglied den Umkleidebereich in Richtung der Duschen verlässt, sollte dieser im Eingangsbereich Bescheid sagen, sodass das nächste Vereinsmitglied den Umkleidebereich betreten darf

Duschen vor dem Training:

- Es dürfen sich max. 4 Personen außerhalb einer Trainingsgruppe, in einer Trainingsgruppe theoretisch max. 30 Personen gleichzeitig Duschen
- Außerhalb einer Trainingsgruppe soll zwischen den benutzten Duschen immer eine unbenutzte Dusche sein
- Wenn eine Person den Duschbereich verlässt, kann die nächste Person diesen betreten (Vorsicht: Außerhalb einer Trainingsgruppe ist auf die Abstandswahrung im Eingangsbereich der Duschen zu achten)
- Ein zügiges Duschen verringert die mögliche Wartezeit anderer aktiver Schwimmer

Schwimmhalle:

- Jeder Verein organisiert sich bezüglich der einzuhaltenden Abstände in der Halle und beim Training nach den Vorgaben selbst
- Alle Mitglieder des kommenden Vereins gehen nach der Dusche rechts herum auf die Stirnseite des Beckens („Startbrücke“, Fensterfront)
- Von der Stirnseite des Beckens schicken die Trainer die Aktiven in das Wasser
- Das Trainingsbecken wird zuerst von den Aktiven der inneren Doppelbahn (Bahn 3 und 4) betreten. Dann folgen die anderen Doppel-Außenbahnen (Bahn 1 und 2 sowie Bahn 5 und 6).
- Bei Toilettengängen bitte auf die Abstandsregel hinweisen

Training:

- Den Ablauf des Trainings organisiert jeder Verein selbst. Hierbei ist insbesondere durch den Trainer darauf zu achten, dass die Abstandsvorgaben eingehalten werden (im Sportbecken max. 69 Personen, im Attraktionsbecken max. 89 Personen incl. des Spaßbereiches, im Kursbecken bis 1,20 m Tiefe 39 Personen und ab 1,20 m Tiefe 24 Personen, in einer **Trainingsgruppe** auf einer Doppelbahn bis zu max. 30 Personen)

Nach dem Training:

- Die Aktiven verlassen auf der anderen Seite des Schwimmbeckens (Seite zum Kursbecken) in umgekehrter Reihenfolge wie beim Betreten des Beckens das Wasser (zuerst die Doppel-Außenbahnen 1-2 und 5-6, dann die Doppel-Innenbahn 3-4)

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
- Bevorzugt sollten die Mitglieder zu Hause duschen. Für diejenigen, die sich unbedingt abduschen möchten, gelten die gleichen Vorgaben wie unter „Duschen vor dem Training“

Umkleidezugang nach dem Training:

- Auch hier gelten die gleichen Vorgaben wie unter „Umkleidezugang vor dem Training“

Gebäude verlassen:

- Das Gebäude wird, evtl. nach dem Föhnen, umgehend verlassen

In den anderen Schwimmbecken (Kurs- und Attraktionsbecken) ist parallel zu verfahren. Der Einstieg beim Kurs- sowie Attraktionsbecken ist jeweils auf der Stirnseite mit der Fensterfront. Ich bitte alle um Verständnis, dass es Mitglieder in den Vereinen gibt, die im Kursbecken ausschließlich die Treppe benutzen möchten. Diesen Vorgang regelt ihr bitte vor Ort.

Die Trainingsgruppen **sollten in der gleichen Zusammenstellung trainieren.**

Ich bitte alle Vereinsmitglieder um einen sensiblen, sportlich fairen Umgang. Evtl. muss sich erst das eine oder andere „Einlaufen“.

Thermalsolbad

Gebäudezugang:

- Alle Vereinsmitglieder desinfizieren sich beim Gebäudezugang die Hände

Umkleidezugang vor dem Training:

- Es werden vorzugsweise die Sammelumkleiden „Mädchen“ und „Jungen“ mit bis zu 15 Personen durch die Vereine benutzt. Die Einzelkabinen in den Umkleidebereichen dürfen bei vollen Sammelumkleiden benutzt werden. Bei Nutzung der Einzelkabinen sollte außerhalb einer Trainingsgruppe immer eine freie Kabine zwischen zwei benutzten sein.
- Wenn außerhalb einer Trainingsgruppe alle Umziehkabinen oder die Sammelumkleiden belegt sein sollten, ist im Stiefelgang unter Beachtung des Abstandes zu warten, bis die nächste Umkleidekabine oder die Sammelumkleiden frei werden.
- Der Behinderten-Umkleidebereich ist **nicht** zu benutzen
- Die Aktiven sollten möglichst mit der Badebekleidung drunter gezogen zum Schwimmbad erscheinen, um die Umkleidezeit zu minimieren
- Bei der Belegung der Schränke für die Umkleidesachen ist außerhalb einer Trainingsgruppe unbedingt auf die Abstandsregel zu achten

Duschen vor dem Training:

- Es dürfen beide Seiten der Duschen (Sammeldusche und Einzelduschen) benutzt werden
- Außerhalb einer Trainingsgruppe soll zwischen den benutzten Duschen immer eine unbenutzte Dusche sein
- Ein zügiges Duschen verringert die mögliche Wartezeit anderer aktiver Schwimmer
- Sollte der Duschbereich voll belegt sein, kann erst die nächste Person den Duschbereich betreten, wenn eine andere Person den Duschbereich verlässt

Schwimmhalle:

- Jeder Verein organisiert sich bezüglich der einzuhaltenden Abstände in der Halle und beim Training nach den Vorgaben selbst
- 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
- Das Trainingsbecken wird zuerst von den Aktiven der inneren Doppelbahn (Bahn 3 und 4) betreten. Dann folgt die andere Doppel-Außenbahn (Bahn 1 und 2) sowie die „Bogenbahn“ (Bahn 5).
- Bei Toilettengängen bitte auf die Abstandsregel hinweisen

Therapiebecken:

- 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. 8 Personen, in einer **Trainingsgruppe** theoretisch bis zu max. 30 Personen)

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, in einer **Trainingsgruppe** auf einer Doppelbahn bis zu max. 30 Personen)

Nach dem Training:

- Die Aktiven verlassen über beide Ein-/ Ausstiegleitern des Schwimmbeckens in umgekehrter Reihenfolge wie beim Betreten des Beckens 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 Einstiegleitern 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
- Bevorzugt sollten die Mitglieder zu Hause duschen. Für diejenigen, die sich unbedingt abduschen möchten, gelten die gleichen Vorgaben wie unter „Duschen vor dem Training“

Umkleidezugang nach dem Training:

- Auch hier gelten die gleichen Vorgaben wie unter „Umkleidezugang vor dem Training“

Gebäude verlassen:

Das Gebäude wird, evtl. nach dem Föhnen, umgehend verlassen

Die Trainingsgruppen **sollten in der gleichen Zusammenstellung trainieren.**

Ich bitte alle Vereinsmitglieder um einen sensiblen, sportlich fairen Umgang. Evtl. muss sich erst das eine oder andere „Einlaufen“.