

## Konzept zur Durchführung des Schwimmtrainings

Aufgrund der aktuellen Situation werden die Trainingszeiten angepasst. Die Trainingszeiten sind dem aktuellen Plan zu entnehmen. Dieser ist auf unserer Internetseite [www.sv-badlippspringe.de](http://www.sv-badlippspringe.de) einzusehen.

### Betretten und Verlassen des Schwimmbades

- Die Teilnehmer treffen sich zehn Minuten vor dem Beginn des Trainings vor dem Schwimmbad.
- Die Schwimmgruppen gehen immer geschlossen und zusammen zu einer jeweiligen Uhrzeit ins Bad und verlassen die Schwimmhalle Richtung Umkleiden auch wieder gemeinsam. Es ist nicht möglich später zum Training zu erscheinen bzw. früher das Training zu verlassen.
- Alle Teilnehmer tragen eine Mund-Nasen-Bedeckung vom Betreten bis zum Verlassen des Bades. In den Duschen und im Beckenbereich kann auf die Mund-Nasen-Bedeckung verzichtet werden.
- Vor dem Zutritt ist eine Handdesinfektion im Eingangsbereich vorzunehmen.
- Allgemeine Hygienemaßnahmen müssen zu jeder Zeit beachtet werden.
- Personen mit Erkältungssymptomen haben keinen Zutritt!
- Das Training erfolgt unter Ausschluss von Zuschauern und Gästen.

### Umkleide- und Duschbereich

- Die Teilnehmer sollten die Badekleidung bereits zu Hause unter der Alltagskleidung anziehen.
- Nach dem Schwimmen sollten die Teilnehmer sich möglichst schnell umziehen, damit ein reibungsloser Ablauf des Trainingsbetriebs mit den anderen Gruppen gewährleistet wird und die Gruppen sich nicht untereinander begegnen.
- Die Taschen müssen mit ins Schwimmbad genommen werden und dürfen nicht in den Umkleiden verbleiben. Die Schließfächer stehen nicht zur Verfügung.

- Vor und nach dem Schwimmen unter Einhaltung der Abstandsregeln und ohne Shampoo und Duschgel bitte kurz ab duschen.
- Kein Betrieb von Haartrocknern.

## Übungsleiter

- Die Mund-Nasen-Bedeckung muss von den Übungsleitern bis ins Schwimmbad getragen werden. Die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung besteht während des Trainings nicht.
- Bitte bei der Erklärung und Demonstration von Übungen auf den nötigen Mindestabstand von 1,5m achten.
- Die Teilnehmer müssen zu Beginn des Trainings auf einer Liste erfasst werden.

## Trainingsmaterialien:

Für das Training benötigte Materialien (Schwimmbretter, Poolnudeln, Schwimmwesten usw.) sind vor jeder Verwendung im Beckenwasser unterzutauchen und dadurch mittels des chlorhaltigem Beckenwassers zu desinfizieren. Die Materialien sind dann so zu platzieren, dass diese von den Teilnehmern möglichst unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5m genommen werden können. Es ist sicherzustellen, dass die Teilnehmer ihre Materialien nicht vertauschen.