



# Hygienekonzept des TTC Lorchhausen 1953 e.V. im Rahmen der Coronakrise

## Vorwort

Der Vorstand des TTC Lorchhausen freut sich, dass der Trainingsbetrieb nach teilweiser Aufhebung der Kontakteinschränkungen wieder aufgenommen werden kann. Das Training startet ab dem 05.06.2020.

Gleichzeitig ist dem Vorstand sehr bewusst, dass wir uns immer noch am Anfang einer weltweiten Seuche (Pandemie) stehen. Die Erkrankung (COVID-19) ist als sehr gefährlich einzuschätzen und bedroht infizierte Menschen an Leib und Leben.

Unter diesen Umständen hat es für den Vorstand des TTC Lorchhausen oberste Wichtigkeit, eine Ansteckung mit dem neuen Coronavirus (SARS-CoV2) im Rahmen der Vereinsaktivität zu vermeiden. Das heißt, die Vermeidung der Ansteckung steht über jeglicher anderer Zielsetzung von Vereinsaktivitäten.

Um Ansteckungen zu vermeiden stellt der Vorstand des TTC Lorchhausen **verbindliche Regeln** für den Trainingsbetrieb auf, die von jedem teilnehmenden Mitglied zwingend eingehalten werden müssen. Das Hygienekonzept ist detailliert ausgearbeitet, um möglichst Klarheit und damit maximale Sicherheit zu gewährleisten. Es wurden neben dem Hygieneplan des Rheingau-Taunus-Kreis auch berücksichtigt, dass nach aktueller Einschätzung Tröpfcheninfektion und eine Infektion über Aerosole (Schwebeteilchen in der Luft) der Hauptübertragungsweg ist. Der Vorstand ist sich bewusst, dass dies von jedem Trainingsteilnehmer eine besondere Anstrengung verlangt. Doch nur so kann eine sichere Ausübung unseres Sportes gewährleistet werden. Zur Vereinfachung hat der Vorstand die ausführlichen Regeln in einer prägnanteren Version noch einmal zusammengefasst. **Wir bitten alle Trainingsteilnehmer die ausführliche Version zu lesen und zu verinnerlichen. Bei Minderjährigen bitten wir alle Erziehungsberechtigten die ausführlichen Regeln zu lesen und mit den Kindern zu**

**besprechen.** Die Kurzregeln sind nur die Erinnerungshilfe für die ausführlichen Regeln.

Der Hygieneplan des RTK schreibt die Durchführung der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen zwingend vor. „Sollten die Regelungen nicht eingehalten werden, muss der Sportbetrieb eingestellt werden und der Nutzer erhält ein Nutzungsverbot“ (Hygieneplan Corona RTK).

Der Vorstand des TTC Lorchhausen geht davon aus, dass jedes Mitglied mit uns in dieser Haltung übereinstimmt und diese Haltung mit einem geeigneten Verhalten unterstützt.

## **1. Gesundheit als Voraussetzung für die Teilnahme am Training**

Generell gilt, dass für alle Mitglieder mit neuen Krankheitszeichen/Symptomen die Teilnahme am Training untersagt ist. Als neue Krankheitszeichen und Symptomen gelten:

- Geruchs- oder Geschmacksstörungen
- allgemeine Schwäche
- Kopf- und Gliederschmerzen
- laufende Nase oder anhaltendes Niesen
- Halsschmerzen
- Fieber
- Husten
- Appetitlosigkeit
- Übelkeit oder Erbrechen
- Bauchschmerzen
- Durchfall
- Bindehautentzündung
- neu aufgetretener Hautausschlag
- neue Lymphknotenschwellung
- Atemnot

***Es besteht Trainingsverbot, wenn ein oder mehrere Symptome bestehen.***

## 2. Die Teilnahme am Training erfolgt in eigener Verantwortung

Der TTC Lorchhausen hat für die Vermeidung einer Ansteckung im Training diese Regeln aufgestellt. Allerdings kann das Risiko einer Ansteckung nicht auf null gesenkt werden bzw. es besteht ein erhöhtes Risiko durch eine Ansteckung. Dies hat unterschiedliche Gründe:

1. Es besteht auch bei aller größten Schutzmaßnahmen immer ein Restrisiko
2. Regeln werden nicht immer richtig umgesetzt oder nicht eingehalten
3. Es gibt Menschen mit einer erhöhten Anfälligkeit für eine Infektion

Die Erkrankung Covid-19 kann sehr schwer oder tödlich verlaufen (auch bei Menschen, die vorher gesund waren oder als jung und dadurch als ungefährdet gelten).

***Die Teilnahme am Training liegt deshalb alleine in der Verantwortung des jeweiligen Mitglieds oder bei minderjährigen Mitgliedern bei deren Erziehungsberechtigten. Der TTC Lorchhausen und sein Vorstand übernehmen keine Verantwortung für den Fall einer Ansteckung im Training und lehnen jedwede Form der Haftung im Rahmen einer Infektion oder bei Folgeschäden ab.***

## 3. Das Ablehnen der Trainingsteilnahme hat keine Folgen; die Teilnahme am Training ist freiwillig

Mitglieder, die aus persönlicher Risikoabwägung oder aus anderen Gründen, lieber nicht am Training teilnehmen möchten, erleiden dadurch keine Nachteile durch den TTC Lorchhausen oder seine Institutionen. Die Teilnahme am Training ist absolut freiwillig.

## 4. Kein Kontakt zu Menschen mit SARS-CoV2

Das Training ist für alle Spielerinnen und Spieler untersagt, die innerhalb der letzten **vier Wochen** ungeschützten Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV2-Fall hatten. Dies ist eine Vorsichtsmaßnahme unabhängig von Maßnahmen des Gesundheitsamtes. Deshalb muss diese Maßnahme auch beachtet werden, selbst wenn das Gesundheitsamt keine Quarantäne empfiehlt.

## 5. Nur angemeldete Teilnehmer dürfen am Training teilnehmen

***Pro Training dürfen maximal 12 Kinder oder 12 Erwachsene teilnehmen.***

Dadurch soll es möglich sein, in der Sporthalle den Mindestabstand jeder Zeit einzuhalten.

Im Nachwuchsbereich haben die Trainer eine Einteilung der Teilnehmer vorgenommen. ***Die Kinder dürfen nur an denen ihnen zugewiesenen Zeiten am Training teilnehmen.*** Erscheinen die Kinder zu anderen Trainingszeiten, werden sie wieder nach Hause geschickt

Im Erwachsenenbereich erfolgt die Voranmeldung zum jeweiligen Trainingstermin über eine Doodle-Umfrage oder Ähnlichem. ***Die Voranmeldung ist verbindlich.*** Eine vorsorgliche Anmeldung ist untersagt. Die Plätze können nicht getauscht werden.

Es wird eine Teilnehmerliste mit Name, Adresse und Telefonnummer geführt, die auf Nachfrage den Institutionen des RTK vorgelegt wird.

Zuschauer sind generell nicht erlaubt.

## 6. Die Teilnehmer erscheinen pünktlich zum Training und betreten nicht vorher die Halle

Alle Trainingsteilnehmer (Nachwuchs und Erwachsene) erscheinen pünktlich zum Training. Ein zu frühes Erscheinen kann zu Ansammlungen mit Unterschreiten des Mindestabstands führen. Ein zu spätes Erscheinen stört den Ablauf des Trainings und gefährdet ebenfalls das Einhalten des Mindestabstands. Die Trainingszeiten sind im Anhang aufgeführt.

## 7. Konzept für das Betreten und Verlassen der Halle

Das Betreten und das Verlassen der Halle erfolgt nach einem Konzept (Einbahnstraßenprinzip). Das Konzept ist im Anhang beschrieben und ist zusätzlich durch Schilder in der Halle erklärt. Die Hygieneregeln werden im Schaukasten des TTC Lorchhausen (vor der Turnhalle) ebenfalls ausgehängt. Der Mindestabstand ist

insbesondere beim Warten auf den Einlass, beim Betreten der Halle und beim Händewaschen einzuhalten.

### **8. Die Trainingsteilnehmer ziehen sich - sofern nötig - in der Halle um.**

Das Benutzen der Umkleide (Aufenthalt, Umziehen oder Duschen) ist untersagt. Die Nutzung der Waschbecken und der Toiletten zwischen den Umkleiden erfolgen nach dem Hygienekonzept und dienen der Infektionsvermeidung.

### **9. Die Tischtennistische, die Netze und die Banden werden durch ein Team aufgebaut**

Beim Aufbau und Abbau der Tischtennistische und Banden ist es besonders schwer den Mindestabstand einzuhalten. Deshalb gibt es für jedes Training ein sog. Aufbauteam. Das Aufbauteam hat beim Aufbau auf den Mindestabstand zu achten.

Im Erwachsenenbereich ist ein zweiköpfiges Team für jedes einzelne Training bestimmt. Der Abbau kann am Ende des Trainings an zwei andere Trainingsteilnehmer delegiert werden. Im Nachwuchsbereich bauen die Trainer auf und ab.

Während des Aufbaus sind keine anderen Personen in der Halle. Für den Aufbau hat der Vorstand ein Konzept erstellt, das zwingend einzuhalten ist.

### **10. Im Training sind die unten genannten Hygienemaßnahmen zwingend einzuhalten:**

- ***Zwischen zwei Personen ist ein Mindestabstand von 1,5 Meter jeder Zeit einzuhalten***
- Der Mindestabstand gilt auch beim Aufwärmen und beim Sitzen auf den Bänken
- Die Turnhalle wird nur mit einer Mund-Nasen-Bedeckung betreten. Die Mund-Nasen-Bedeckung wird zum Spielen abgesetzt.
- Es wird kein Doppel gespielt! Ausnahme: Die Doppelpartner leben in einem Haushalt.
- Das Betreten der Umkleiden ist nur zum Händewaschen und Toilettengang gestattet. Die Umkleiden müssen im Anschluss unverzüglich wieder verlassen werden (nach dem Wegekonzept). Der Mindestabstand ist auch hier einzuhalten.

- Die Einhaltung der Husten- und Niesregeln (Niesen und Husten in die Ellenbeuge) ist einzuhalten.
- Vor jedem Training, nach jedem Wechsel des Spielpartners und nach dem Training werden gründlich die Hände gewaschen.

Gründliches Händewaschen: mind. 30 sec. mit ausreichend Seife unter Berücksichtigung der gesamten Haut beider Hände, Abtrocknen mit dem eigenen Handtuch.

- Es wird pro Tisch nur mit einem Ball gespielt. Es ist darauf zu achten, dass der Ball am Tisch bleibt. Andere sollen den Ball nicht berühren.
- Trinkflaschen sind so zu kennzeichnen, dass sie nicht verwechselt werden.
- Die Turnhalle ist während des Trainings durch Öffnen der Fenster und Türen zu lüften. Durch die offen stehenden Hallentüren wird auch ein unnötiges Anfassen der Türklinken verhindert.
- Die Nutzung von Händedesinfektionsmittel in der Turnhalle ist untersagt, da dadurch der Hallenboden beschädigt werden kann.
- Sollte ein Spieler oder Spielerin während des Trainings akut Krankheitssymptome entwickeln, so muss er oder sie unverzüglich einen Mund-Nasen-Schutz anlegen und das Training unverzüglich abbrechen. Bei Minderjährigen werden die Erziehungsberechtigten benachrichtigt und eine Abholung abgesprochen.

#### **11. Nach dem Training verlassen die Teilnehmer die Halle unverzüglich nach dem gekennzeichneten Wegeprinzip.**

- Alle Teilnehmer waschen sich nach dem Training abschließen die Hände.
- Am Ende des Trainings durch den TTC Lorchhausen müssen die benutzten Waschbecken mit Flächendesinfektionsmittel desinfiziert werden.
- Die benutzten Sportgeräte werden nach dem Training desinfiziert. Die benutzten Tischtennistische werden mit geeignetem Tischreiniger gesäubert.

#### **12. Bei aller Anstrengung den Spaß beim Training nicht vergessen**

Der Vorstand ist sich bewusst, dass die Regeln für den einen oder anderen eine Zumutung sind. Gleichzeitig hat sich keiner von uns diese Situation ausgesucht.

Wir sind froh, dass das Training überhaupt wieder möglich ist. Mit den Regeln soll jedem aktiven Mitglied ein sicheres Training ermöglicht werden, das nicht nur den Teilnehmer nicht gefährdet, sondern auch sein Umfeld.



Der Vorstand des TTC Lorchhausen ist überzeugt, dass trotz der Einschränkungen der Spaß am Sport und an der Bewegung möglich ist.

Anmerkung:

- Der TTC Lorchhausen stellt sämtliche Reinigungsmittel (Seife, Desinfektionsmittel, Tischreiniger) zur Verfügung.
- Zusätzlich gibt es Hygiene-Notfallkit nach den Vorgaben des RTK (Flügelseife, Handtrocknung, Händedesinfektionsmittel, Tücher, Flächendesinfektionsmittel, Einmalhandschuhe)
- Der Deutsche Tischtennisbund hat zur Veranschaulichung des COVID 19-Schutz- und Handlungskonzept ein Video entwickelt:

<https://youtu.be/x0sqjQ6s4S8>

Der Vorstand des TTC Lorchhausen 1953 e.V.

Für Rückfragen stehen zur Verfügung:

- Dr. med. Matthias Ott ([matthias.ott@ttc-lorchhausen.de](mailto:matthias.ott@ttc-lorchhausen.de), 0151/750 71 750),  
Hygienebeauftragter des TTC Lorchhausen
- Lothar Nies ([lothar.nies@ttc-lorchhausen.de](mailto:lothar.nies@ttc-lorchhausen.de), 0176/47888640)

## **Wegekonzept Tischtennistraining in der Turnhalle Lorch**

(In den ersten Trainingseinheiten wird das Konzept durch das Aufbau- bzw. Trainer-team den minderjährigen und erwachsenen Teilnehmern ggf. erläutert. Zusätzlich sind die Wege mit Schildern versehen und können dadurch gut erkannt werden.)

### **Vorerklärung**

*Die Turnhalle in Lorch hat zwei Zugänge. Ein Zugang ist in der Nähe der Verbindung zwischen Schuleingang und dem Bushalteplatz (Richtung Lorchhausen). Dieser Eingang wird in der Folge Zugang „Lorchhausen“ genannt. Im Flur vor den Umkleiden gibt es dann noch eine Tür in die Halle: Hallentür „Lorchhausen“.*

*Der andere Zugang ist in der Nähe des roten Platzes und wird in der Folge Zugang „roter Platz“ genannt. Die dazugehörige Hallentür heißt entsprechend Hallentür „roter Platz“.*

### **Wegekonzept**

Die Turnhalle wird immer durch den Zugang Lorchhausen betreten. Der Weg in die Sporthalle führt dann über die Mädchen-/Fraenumkleide (1. Tür rechts). Im Sanitärbereich der Mädchen-/Fraenumkleide waschen sich alle Trainingsteilnehmer die Hände. Es gibt im Sanitärbereich zwei Doppelwaschbecken. Pro Doppelwaschbecken ist nur eine Person zulässig. Der Mindestabstand von 1,5 Meter ist jederzeit einzuhalten. Nach dem Händewaschen wird die Umkleide Richtung „roter Platz“ verlassen. Die Sporthalle wird über die Hallentür „roter Platz“ betreten.

Für Toilettengänge stehen ebenfalls die Umkleiden zur Verfügung. Dafür wird die Sporthalle über die Hallentür „Lorchhausen“ verlassen. Die Toilette befindet sich jeweils in der geschlechtsspezifischen Umkleide. Jungen-/Männerumkleide 1. Tür links, Mädchen-/Fraenumkleide 2. Tür links. Nach Verlassen des Sanitärbereichs wird die Umkleide wieder Richtung „roter Platz“ verlassen. Der Weg in die Sporthalle führt über die Hallentür „roter Platz“.

Nach dem Training wird die Sporthalle über die Hallentür Lorchhausen verlassen. Das abschließende Händewaschen erfolgt in der Jungen-/Herrenumkleide. Die Turnhallen wird über den Zugang „roter Platz“ verlassen.



# Kurzregeln

## Trainingskonzept in der Coronakrise

(Stand 03.06.2020)

1. Ich gehe nicht ins Training, wenn ich Krankheitssymptome habe.
2. Ich gehe auf eigene Verantwortung bzw. auf eigenes Risiko ins Training.
3. Ich nehme freiwillig am Training teil.
4. Ich hatte in den letzten vier Wochen keinen Kontakt zu einem Menschen, der auf das neue Coronavirus (SARS-CoV2) positiv getestet wurde.
5. Ich gehe nur ins Training, wenn ich angemeldet oder eingeteilt bin.
6. Ich komme pünktlich und nicht zu früh zum Training
7. Ich achte auf das Wegekonzept in der Halle (Einbahnstraßenprinzip)
8. Ich ziehe mich in der Halle um (kein Umziehen in der Umkleide).
9. Ich lasse die Tische, Netze und Banden für mich aufbauen
10. Ich halte immer mindestens 1,5 Meter Abstand zu jeder Person und wasche mir gründlich die Hände.
11. Ich verlasse nach dem Training unverzüglich die Halle und das Schulgelände
12. Ich habe trotz der neuen Regeln Spaß am Training

## Trainingszeiten

Nachwuchs:

*Die Einteilung in die Gruppen erfolgt durch die Trainer. Die Einteilung ist verbindlich. Änderungen sind nur nach Absprache mit dem Jugendwart möglich.*

- |            |         |                 |
|------------|---------|-----------------|
| 1. Gruppe: | Freitag | 16:15-18:00 Uhr |
| 2. Gruppe: | Samstag | 11:15-12:55 Uhr |
| 3. Gruppe: | Samstag | 13:15-15:00 Uhr |
| 4. Gruppe: | Montag  | 16:15-17:50 Uhr |

Erwachsene:

- |           |  |
|-----------|--|
| Dienstag: | 19:45-22:00 (Anmeldung vor dem Training notwendig) |
| Freitag:  | 18:30-22:00 (Anmeldung vor dem Training notwendig) |
| Samstag:  | Nur nach Rücksprache mit Lothar Nies               |
| Sonntags: | Nur nach Rücksprache mit Lothar Nies               |