

# Corona-Regeln für das Rope Skipping- Training

*(beschlossen vom Vorstand des RSVÖ am 07.05.2020)*

Da zur Zeit die Indoor-Sportstätten noch behördlich geschlossen sind (mit einigen Ausnahmen, die uns aber nicht betreffen), betrifft dies nur das Training, das auf nichtöffentlichen Outdoor-Sportstätten durchgeführt wird. Darüber hinaus sollte laut Empfehlung der Sport Austria (ehemals BSO) das Kindertraining erst mit Öffnung der Schule ab 15.Mai 2020 stattfinden.

<https://www.sportaustria.at/de/schwerpunkte/mitgliederservice/informationen-zum-coronavirus/handlungsempfehlungen-fuer-sportvereine-und-sportstaettenbetreiber/>

Des weiteren sind natürlich alle Maßnahmen die behördlich vorgegeben sind einzuhalten.

## **1) SELBSTDISZIPLIN BEI DER GESUNDHEIT**

Nur wer in eigener Selbstbeurteilung (bei minderjährigen Sportlern sind die Eltern in die Pflicht zu nehmen) vollständig frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen.

## **2) ABSTAND HALTEN!**

Der Abstand zwischen den Trainierenden darf 2m nicht unterschreiten. Ist dieser Mindestabstand nicht gewährleistet, darf kein Training stattfinden. Die Trainingsgruppe darf die maximale Teilnehmeranzahl von 10 Personen, inklusive Trainer und Betreuer nicht überschreiten. Die Mitglieder dieser Trainingsgruppe sollten nicht mit anderen Gruppen gemischt werden.

## **3) KEIN KÖRPERKONTAKT!**

Keine Partnerübungen, es darf zur Zeit nur Single Rope trainiert werden.

Ausnahmen sind Geschwister oder Personen, die im gleichen Haushalt leben, hier bleibt es dem Trainer des jeweiligen Vereines überlassen ob er/sie das zulässt, um nicht eventuell Ungerechtigkeiten gegenüber anderen Skippern zu schaffen.

Kein Helfen und Sichern durch Trainer oder Mittrainierende, der Abstand von mind. 2m muss eingehalten werden. Werden Seile von unterschiedlichen Skippern verwendet, so sind diese sofort nach dem Gebrauch zu desinfizieren, bevor sie von anderen Sportlern verwendet werden. Es wird empfohlen, den Skippern ihr „eigenes“ Seil zur Verfügung zu stellen.



#### **4) BESONDERS VORSICHTIG SEIN!**

Riskante Aktivitäten sind zu vermeiden, da bei diesen keine Hilfestellung oder Sicherungsmaßnahme gestellt werden darf.

#### **5) HYGIENE-MASSNAHMEN EINHALTEN!**

Hände waschen mit Seife nach jedem WC-Besuch.

Bereits in Sportbekleidung zum Training kommen.

Kein Betreten von Garderoben, Duschen, Gemeinschaftsräumen. Ist dies notwendig (z.B. Toilette) sollte bei betreten ein Mund-/Nasenschutz getragen werden. VOR und NACH dem Betreten sind die Hände zu desinfizieren.

#### **6) SPEZIELL FÜR TRAINER UND VERANTWORTLICHE:**

Kinder und Jugendliche sind immer zu beaufsichtigen!

Nach jeder Trainingseinheit sind Seile und andere Geräte, die beim Training verwendet worden sind, zu desinfizieren

In den Toiletten müssen ausreichend Seife, Desinfektionsmittel und Einweg-Handtücher zur Verfügung gestellt werden.

In der Sportstätte selbst ausreichend Desinfektionsmittel zur Verfügung stellen.