

# Hygienekonzept Flight Squad Cheerleader

**Eine Bitte vorweg:** Dieses Konzept ist für uns alle Neuland. Wir haben uns Gedanken darüber gemacht, wie wir die Vorgaben des Landes und der Kommunen sinnvoll umsetzen können. Damit das funktioniert, brauchen wir **EURE** Hilfe! Wir **ALLE** müssen uns genau an das Konzept halten und rücksichtsvoll miteinander umgehen. Eure Gesundheit und die eurer TeamkollegInnen steht immer an erster Stelle!

Eine Überprüfung der Umsetzung des Konzepts kann jederzeit erfolgen. Die Kontrolle erfolgt durch die Ordnungs- und Gesundheitsbehörden der Stadt Troisdorf und eventuelles Fehlverhalten wird zur Anzeige gebracht. Einmal abgesehen davon, dass für alle das Training dann wieder vorbei ist, bevor es überhaupt angefangen hat, kann es für die Jets auch richtig, richtig teuer werden. Das möchte keiner von uns.

## Die wichtigsten Grundregeln

**ABSTAND HALTEN  
(mind. 2 Meter)**

**PÜNTKLICH SEIN**

**HYGIENEVORGABEN  
EINHALTEN**

## Geänderte Trainingszeiten und Trainingsplätze

Team	Trainings-Zeiten	Halle	Dauer
Seniors	Di. 19:30 – 21:30 h	Asselbachstr.	2:00 h
Juniors	Do. 18:30 – 19:45 h	Asselbachstr.	1:15 h
Seniors	Do. 20:00 – 21:30 h	Asselbachstr.	1:30 h
Seniors+Juniors	So. 12:00 – 14:00 h	Ketteler Str.	2:00 h



## Diese allgemeinen Regeln gelten für alle Cheerleader-Teams

- **Abstand zueinander halten** (mind. 2 Meter)
- Handhygiene **VOR** dem Training ist Pflicht
- Handhygiene **NACH** dem Training wird dringend empfohlen
- Pünktlich sein (nicht zu früh und auch nicht viel zu spät kommen)
- Die **Umkleiden und Duschen sind gesperrt** (die Toiletten sollten geöffnet sein, nach Benutzung Hände gründlich waschen und am Eingang desinfizieren)
- Kinder **unter 14 Jahren** dürfen **EINE** erwachsene Begleitperson haben, ansonsten sind **keine Zuschauer/Besucher/Eltern** gestattet

## Diese Regeln gelten für CHEERLEADER und TRAINER auf dem Trainingsplatz

- Personen mit erhöhter Körpertemperatur, erkältungsbedingtem Husten und Schnupfen, dürfen die Trainingsstätte nicht betreten (in diesem Fall unbedingt den Hausarzt kontaktieren)
- Vor dem Training eine Gesundheitserklärung abgeben (Formulare werden vorbereitet)
- Tragen von Masken außerhalb der Trainingszeiten
- Training mit maximal fünf Personen inklusive Trainerin
- Hände vor und nach dem Training desinfizieren
- Wechsel und Waschen der Trainingsbekleidung nach jedem Training



- Eigene (mit Namen beschriftete) Trinkflasche verwenden
- Nicht gemeinsam aus einer Flasche trinken
- Desinfektion des Equipments nach dem Training (z.B. Poms)
- Auf Schmuck und Nagellack während des Trainings verzichten
- Kurze Fingernägel im Rahmen der Handhygiene
- Eigene Handtücher benutzen
- Zu Hause duschen
- Verzicht auf Begrüßungsrituale
- Bei Sportstätten im Freien dürfen nicht mehr als eine Person pro 20 Quadratmeter Nutzfläche trainieren
- Abstand halten (mind. 2 Meter)
- Möglichst wenig persönliches Equipment mitbringen
- Eigene Tasche mit 2 Metern Abstand zum nächsten Cheerleader ablegen
- Lasst nach dem Training nichts liegen (alles was am Platz liegen bleibt, wird entsorgt)
- Das Trainingsgelände nach dem Training zügig verlassen
- Die Gruppenmitglieder bleiben immer gleich, kein Wechsel der Spieler (kommt nur ein Spieler aus einer Gruppe zum Training, bildet er eine „1er-Gruppe“)
- Genaue Anwesenheitslisten bei **JEDEM** Training führen (nach Gruppen)