

Hygieneplan

Bremen 1860/Triathlonabteilung – Lauftraining

Anmeldung

Teilnehmende (TN) können sich über die Bremen 1860 Homepage für das Lauftraining anmelden. Die maximale Kapazität pro Trainingseinheit liegt bei 12 Personen. Bei Erreichung der Kapazitätsgrenze ist eine Buchung nicht mehr möglich. Hierdurch soll vermieden werden, dass unangemeldete Personen zu dem Angebot kommen.

Auf Grundlage der eingegangenen Anmeldungen wird eine Liste mit den Namen der TN erstellt. Eine abschließende Dokumentation erfolgt am Sammelplatz auf der öffentlichen Freifläche vor der Geschäftsstelle im Baumschulenweg. Bei Bekanntwerden einer Infektion ist es so möglich, Kontaktpersonen zu benennen und die Liste dem Gesundheitsamt zur Verfügung zu stellen.

Sporttauglichkeit

Sollten Sie zu einer Risikogruppe gehören und/oder unsicher sein, ob Sie körperlich fit genug sind, um Sport zu treiben, klären Sie dies unbedingt im Vorfeld mit Ihrem Hausarzt ab. Sie dürfen nur gesund zum Sport bei uns erscheinen. Bitte bleiben Sie zu Ihrem eigenen und zum Schutz der anderen Mitglieder und des Teams zu Hause, sollten Sie erkältet sein oder grippeähnliche Symptome bei sich feststellen. Wir behalten uns vor, Sie zum Verlassen des Gebäudes aufzufordern, sollten unserem Personal entsprechende Anzeichenauffallen.

Zu-/Abgang

Die TN sammeln sich auf einer öffentlichen Freifläche, auf der gewährleistet ist, dass die vorgegebenen Abstände eingehalten werden. Grundsätzlich kommen sie in Sportzeug zu Fuß oder mit dem Fahrrad zum Treffpunkt, sie nutzen keine Sportflächen des Vereins. Um die Verweildauer kurz zu halten, findet hier nur eine knappe Einweisung in die Geltenden Vorschriften statt. Während der Wartezeit tragen die TN einen Mundschutz. Nach dem Training begeben sich alle TN wieder direkt nach Hause, ohne dabei vereinseigene Flächen oder Räumlichkeiten zu nutzen.

Sportangebot

Das Lauftraining findet wöchentlich, montags, zwischen 17.30 – 18.30 Uhr, im Bürgerpark statt. Der Weg vom Vereinsgelände zum Bürgerpark wird laufend über den Gehweg zurückgelegt. Das eigentliche Lauftraining ist ein Ausdauertraining ohne Wettkampfcharakter. Auf dem Weg und während des Trainings ist eine Einhaltung der 10-Quadratmeter-Regelung jederzeit gewährleistet. Das Training wird von einem Trainer geleitet. Er achtet auf die Einhaltung der Regeln und hat die Anweisung TN, die sich nicht regelkonform verhalten, vom Training auszuschließen.

F. d. R.

Bernd Rennies
Abteilungsleiter