

## Vorgaben zum Trainingsbeginn der Abteilung **Leichtathletik** – Nur Erwachsene über 18 Jahren –

1. Die Teilnahme am Training ist nur Mitgliedern der FTG Frankfurt gestattet, das gilt auch für die Abnahme des Sportabzeichens.
2. Das Training findet dienstags statt und beginnt nach der letzten Veranstaltung des Outdoor-Programms (ca. 19:45 Uhr) im SPORTGARTEN der FTG Frankfurt, es endet um 21:00 Uhr.
3. Das Übungsgelände für das Leichtathletik-Training umfasst die Kugelstoßanlage, die Weitsprunganlage (Sprunggrube und Anlaufbahn) hinter dem Beachvolleyballbereich, die Laufbahn und das Wiesenstück vor der Outdoor-Bühne.
4. Das Gelände ist einzeln und mit sauberen Händen zu betreten, und es ist immer mindestens ein Abstand von 2,0 m einzuhalten.
5. Für den Fall, dass eine Säuberung der Hände vergessen wurde, sind Desinfektionsmittel vorzuhalten, z.B. eine Flasche mit einer entsprechenden Substanz im Eingangsbereich. Außerdem wird empfohlen, ein eigenes Handdesinfektionsmittel mit dabei zu haben. Vor dem Trainingsbeginn müssen die Hände frisch gewaschen oder desinfiziert sein.
6. Als Zugang zur Trainingsfläche sind die gekennzeichneten Wegführungen zu nutzen. Beim Verlassen der Trainingsfläche sind ebenfalls die gekennzeichneten Wegführungen zu nutzen.
7. Auf dem Weg zum Trainingsbereich und auf dem Weg vom Trainingsbereich ist immer eine Nasen-Mund-Bedeckung zu tragen und ein Mindestabstand von 2,0 m einzuhalten.

8. Am Ende des Zugangs zum Trainingsbereich erfolgt die Protokollierung der Trainingsteilnehmer. Jeder Trainingsteilnehmer/jede Trainingsteilnehmerin und jeder Trainer/jede Trainerin bringt das zur Verfügung gestellte Formblatt der FTG Frankfurt vollständig ausgefüllt zu jedem Training mit. Das Formblatt steht auf der Webseite der FTG Frankfurt zum Download bereit.  
Der Trainer sammelt die Bogen ein und gibt sie im Laufe der Woche im Büro der FTG Frankfurt ab.
9. Teilnehmer/Teilnehmerinnen, die über kein Formblatt verfügen, können nicht am Training teilnehmen und haben die Trainingsfläche zu verlassen. Außer den aktiven Teilnehmern/Teilnehmerinnen und dem Trainer/der Trainerin dürfen sich keine weiteren Personen vor Ort aufhalten.
10. Zur Abwicklung der administrativen Notwendigkeiten darf ein Tisch nur dann aufgestellt werden, wenn dieser nach jedem „Hautkontakt“ desinfiziert wird.

**Das Aufstellen von Stühlen und sonstigen  
Sitzgelegenheiten ist untersagt!**

11. Während des Trainings ist unabhängig von der jeweiligen Disziplin immer ein Mindestabstand von 2,0 m zu den anderen Teilnehmern einzuhalten.
12. Zu unterscheiden ist zwischen dem normalen Training und der Abnahme des Sportabzeichens. In diesem Jahr werden die SPAZ-Prüfer nur folgende Disziplinen abnehmen:
  - Sprint
  - Langlauf
  - Kugelstoßen
  - Werfen mit dem Medizinball
  - Weitsprung
  - Seilspringen (eigenes Seil ist zu verwenden)

Auch die bisherige Praxis, im laufenden Trainingsbetrieb seine jeweils erzielten SPAZ-Leistungen noch verbessern zu können, wird nicht beibehalten. Die SPAZ-Prüfer werden den Teilnehmern SPAZ-Abnahmen anbieten und dafür Termine rechtzeitig vorschlagen.

13. Gemeinsam benutzte Sportgeräte wie Kugeln oder Bälle sind jeweils nur dreimal hintereinander von derselben Person zu verwenden und müssen dann vor der Weitergabe an den Nächsten desinfiziert werden. Messgeräte sind vor ihrem Einsatz und nach Gebrauch ebenfalls zu desinfizieren. Kommt es zu einem Wechsel des Prüfers, ist auch in diesem Falle eine Desinfektion vor der Weitergabe vorzunehmen.
14. Bei gemeinsam durchzuführender Gymnastik ist wiederum auf den Mindestabstand von 2,0 m zu achten. Als Unterlage ist eine eigene Matte zu verwenden.
15. Der Abteilungsleiter oder sein Stellvertreter sind verantwortlich für die Bereitstellung von Desinfektionsmitteln.
16. Die Dusch- und Umkleeeinheiten stehen nicht zur Verfügung.
17. Die Toiletten stehen zur Verfügung und dürfen nur **einzel**n aufgesucht werden. Zum Toilettenbesuch ist die Nasen-Mund-Bedeckung zwingend zu tragen.  
In den Toiletten sind Seife und Papierhandtücher vorhanden, ebenso besteht die Möglichkeit sich die Hände zu desinfizieren.
18. Die Nasen-Mund-Bedeckung ist während des Trainings nicht erforderlich, wenn der Mindestabstand von 2,0 m eingehalten werden kann.
19. Beim Verlassen des Geländes ist darauf zu achten, dass der Bereich einzeln verlassen wird und es zum Nachfolgenden beim Mindestabstand von 2,0 m bleibt. Die Nasen-Mund-Bedeckung ist zu tragen.