



*affilié à la FLNS depuis 1975*

## Vereinspezifisches Protokoll des CNE zur Wiederaufnahme des Trainings

(gemäss den Vorgaben des Protokolls der FLNS vom 12.05.2020  
gemäss den Abänderungen vom 16.07.2020  
gemäss den Abänderungen vom 21.07.2020  
gemäss den Abänderungen vom 28.08.2020)

### Vorfeld:

- Ausarbeitung/Anpassung unseres vereinspezifischen Protokolls
- Rücksprache mit Gemeindeverwaltung zwecks Schwimmbadnutzung/Verfügbarkeit
- Prüfung der Verfügbarkeit der Trainer
  - Phase I: Mannschaft 1-2-3
  - Phase II: Mannschaft 4-5
  - Phase III: betrifft den CNE nicht
  - Phase IV: Schwimmschule(Sollte ein Trainer Bedenken gegen den Neustart in der Saison 2020/2021 vorbringen, so wird ihn der CNE nicht zwingen)
- Information der Eltern, Verweisung an obligatorische Anmeldung mittels Formulars, obligatorische Einverständniserklärung des vereinspezifischen Protokolls und rigorosen Respekt des allgemeinen und vereinspezifischen Protokolls. Das Formular ist im Vorfeld an den Verein zu senden, spontane Anmeldungen sind ausdrücklich untersagt.
- Ausarbeitung der Trainingsgruppen, so dass sich die zwei Gruppen nicht kreuzen
- Ausarbeitung der Präsenzlisten
- Anbringung des Zeitplans der Einheiten im Eingangsbereich
- Beschilderung mit Hilfe der Gemeindeverwaltung

### Ablauf im Schwimmbad:

- Warten der Schwimmer vor dem Haupteingang des Schwimmbads (Mundschutz ist Pflicht sowohl für Schwimmer, Eltern Betreuer)
- Betreten des Schwimmbades
  - nach Namenskontrolle durch Verantwortlichen (Namensliste obligatorisch)
  - nach Desinfektion der Hände
  - mit Sicherheitsabstand von 2 Meter
  - mit Tragen von Mundschutz
- Der Zugang/Benutzung zu den Umkleiden ist in der ersten Phase untersagt (Sollte der Sicherheitsabstand gewährleistet sein, so kann man über punktuelle Nutzung der Umkleiden nachdenken)
  - Die Schwimmer sollen ihre Schwimmkleidung schon zu Hause anlegen
  - Die Schwimmer sollen mit Kleidung (ohne Schuhe welche sie in einer Tasche verstaut haben) das Schwimmbad betreten und den Pfeilmarkierungen folgen
  - Das Tragen von Badeschuhen ist obligatorisch
  - Alle Kleider und Schuhe sind im Schwimmbad auf einem dem Schwimmer zugewiesenen Bereich (2M Abstand) abzulegen /Seite des Beckens)



# Cercle Nautique Echternach

a.s.b.l.

B.P. 69 L - 6401 ECHTERNACH

*affilié à la FLNS depuis 1975*

- 
- Duschen nach dem Ablegen der Kleidung auf dem vorgesehenen Platz
  - Benutzung der Haartrockner, auch von selbst mitgebrachten Haartrockner ist untersagt
  - Im Schwimmbad werden die Schwimmer von Verantwortlichem auf den vorgesehenen Platz hingewiesen wo er seine Sachen ablegen soll und sich trainingsbereit machen soll
  
  - Die Schwimmer betreten das Becken mittig von ihrem zugewiesenen Platz aus und verlassen das Becken nicht bis zum Trainingsende
    - Ausnahmen: Medizinische Gründe...
    - Der Besuch der Toiletten ist auf ein Minimum zu begrenzen (Die Schwimmer sollen diese zu Hause aufsuchen) Wenn aber, nur ein Sportler zur selben Zeit, gründliches Putzen nach Benutzung
  - Nach dem Training verlassen die Schwimmer das Becken an einem vorgesehenen Platz, begeben sich mit Sicherheitsabstand an den ihnen vorhin angewiesenen Platz, trockenen sich ab, ziehen sich an und verlassen das Schwimmbad, mit dem vorgesehenen Abstand
  - Es werden Trainingshosen, Bademäntel empfohlen

## **Ablauf des Trainings:**

- Um den vorgesehen Abstand zu wahren sind **6 Schwimmer** pro Bahn im Schwimmbad vorgesehen
- Die Benutzung der Startblöcke ist untersagt
- Trockentraining findet nicht statt
- Nur eignes Material ist zu benutzen, nicht das vom Schwimmbad zur Verfügung gestellte
- Kein physischer Kontakt zwischen Schwimmer und Trainer (Ausnahme: Erste Hilfe)

Im Allgemeinen sind die vorgeschriebenen Hygienevorschriften strikt zu respektieren.