

W S C – A k t u e l l



Infobrief des WSC Lindlar • 2. Quartal 2020 • Ausgabe: 043

WSC Lindlar 1997 e.V. • Bahnhofstrasse 9 • 51789 Lindlar

Homepage: www.wsc-lindlar.de

Mail: info@wsc-lindlar.de (Vorstand)

schwimmen@wsc-lindlar.de (Vereinsschwimmen)

kurse@wsc-lindlar.de (Kurse)

Es geht wieder los !!!!

Seit letztem Freitag hat das Parkbad Lindlar wieder geöffnet.

Die neue Lage ist auch für uns eine völlig neue Herausforderung und betrifft uns gleichermaßen sowohl im Privatleben wie im Schwimmverein.

Trotzdem wollen wir in kleinen Schritten wieder mit unserem Training im Wasser beginnen.

Durch die von der Landesregierung NRW beschlossenen Lockerungen der im März erlassenen Verbote stellt sich auch für uns nun die Aufgabe, in ein geregeltes Vereinsleben zurück zu finden und den Wiedereinstieg in unseren Schwimmsport zu organisieren.

Eins ist klar: Die Rahmenbedingungen werden nicht sofort wieder so sein, wie vor dem Aufkommen der Pandemie und wir werden sicherlich noch eine lange Zeit mit geänderten und neuen Auflagen und Vorgaben leben müssen. **Es gilt für uns, sich diesen Herausforderungen verantwortungs- aber auch selbstbewusst zu stellen.**

Auch wenn die strengen Vorgaben der bisherigen Verordnungen aufgehoben wurden, so sind doch einige Bereiche und Abläufe auch weiterhin den aktuellen Gegebenheiten anzupassen. Aus diesem Grunde können wir ein geordnetes Training im Parkbad zunächst bis zum Ende der Sommerferien nur für die Gruppen WK1, WK2, WK3 und für die Masters anbieten. Alle anderen Gruppen müssen leider noch warten.

Wir beginnen am **Mittwoch, 24.06.2020** mit den Wettkampfgruppen 1 und 2 und der Mastersgruppe. Ab **Montag, 29.06.2020** findet auch Training für die Wettkampfgruppe 3 statt.

Folgendes muss hierbei unbedingt von allen beachtet werden:

Für alle Gruppen gibt es **feste Einlasszeiten**. Die Eingangstür ist hierfür jeweils **5 Minuten geöffnet**. Wer früher anreist, den bitten wir im Außenbereich zu warten; wer zu spät kommt, kann am Training nicht teilnehmen. Der **Zugang** zum Parkbad ist wie gewohnt am **Vereins-/Schuleingang** (Eingang Fitnessstudio); der **Ausgang** ist ausschließlich am **Haupteingang/-ausgang**. Es haben nur Aktive der jeweiligen Trainingsgruppe Zugang zum Parkbad; alle anderen Personen (z.B. Eltern) haben **keinen** Zutritt (Fragen und Informationsaustausch bitte ausschließlich über Email: schwimmen@wsc-lindlar.de). Beim Betreten des Parkbades bis zu den Umkleiden und beim Verlassen der Umkleiden nach dem Training muss jede/r einen **Mund-Nasen-Schutz** tragen. Es sollen alle vorhandenen Umkleiden (**Sammelumkleiden und Einzelumkleiden**) genutzt werden. Damit beim Aus- und Ankleiden der Mindestabstand eingehalten werden kann, soll nur jeder **4. Schrank bzw. 4. Haken** genutzt werden. Wir empfehlen, bereits die Schwimmkleidung unter der Straßenkleidung zu tragen. **Vor dem Training sollen die Duschen** unter Einhaltung des Mindestabstandes genutzt werden. Nach dem Training soll **nicht geduscht** werden. Wir bitten darüber hinaus, dass jede/r ein **Handtuch** mit in die Schwimmhalle nimmt und sich nach Ende des Trainings am Beckenrand weitestgehend abtrocknet und dann die Umkleiden aufsucht. Hierdurch soll die Verweildauer in den Umkleiden verkürzt werden. Die **Fön-Plätze** stehen **nicht** zur Verfügung. Um die **Rückverfolgbarkeit** sicher zu stellen, werden wir weiterhin die Anwesenheitslisten führen. Im Straßenschuhbereich des Parkbades stehen Desinfektionsflaschen zur Nutzung bereit.

Organisatorische Regelungen für die Wettkampfgruppen 1 und 2 (WK1 + WK2): Der Mindestabstand von 1,5 m ist grundsätzlich während des gesamten Aufenthalts (Zugang, Umkleiden, Duschen, Beckenrand, Becken) im Parkbad einzuhalten. Das Sportbecken wird in zwei „Doppelbahnen“ aufgeteilt (Trennleine zwischen Bahn 3 und 4). Bei einer Gruppengröße von ca. 12 Personen und einer Schwimmergröße von 2,0 m und einem Abstand von 2,0 m zum Start-/Wendebereich sind so von Kopf-zu-Kopf 3,5 m Abstand gewährt. Der Abstand von 1,5 m sollte zwischen den Köpfen auch beim Entgegenkommen einzuhalten sein. Der Einstieg ins Becken erfolgt ausschließlich über die Einstiegstreppe im Zielbereich; der Ausstieg erfolgt über die Ausstiegstreppe im Wendebereich.

Wichtig: Dies ist natürlich eine theoretische Größe, da sie voraussetzt, dass die Schwimmerinnen und Schwimmer zur Wahrung des Abstandes untereinander das gleiche Leistungsniveau aufweisen und versuchen, ein „Aufschwimmen“ zu vermeiden. Ebenfalls erwarten wir, dass sich keine Gruppen am Beckenrand oder an den Leinen mit dem sonst „üblichen Plausch“ zwischen Schwimmerinnen und Schwimmer bilden. Der Aufenthalt im Becken dient ausschließlich den schwimmerischen Aktivitäten.

Trainingszeiten:

WK 2 montags und mittwochs:

Einlass: 18.00-18.05 Uhr Beginn: 18.10 Uhr Ende: 19.40 Uhr Auslass: spätestens 19.55 Uhr

WK 1 montags und mittwochs:

Einlass: 19.55-20.00 Uhr Beginn: 20.05 Uhr Ende: 21.30 Uhr Auslass: spätestens 21.45 Uhr

Organisatorische Regelungen für die Wettkampfgruppe 3 und die Mastersgruppe (WK3 + Masters): Diese Gruppen haben eine Gruppengröße von max. 10 Personen. Bei einer Gruppengröße von max. 10 Personen ist lt. Verordnung kein Mindestabstand einzuhalten. Die Gruppen trainieren separat im Lehrschwimmbecken.

Trainingszeiten:

WK 3 (Auswahl*) montags:

Einlass: 18.10-18.15 Uhr Beginn: 18.20 Uhr Ende: 19.20 Uhr Auslass: spätestens 19.35 Uhr

WK 3 (Auswahl*) montags:

Einlass: 19.10-18.15 Uhr Beginn: 19.20 Uhr Ende: 20.20 Uhr Auslass: spätestens 20.35 Uhr

WK 3 (Auswahl*) mittwochs:

Einlass: 18.10-18.15 Uhr Beginn: 18.20 Uhr Ende: 19.20 Uhr Auslass: spätestens 19.35 Uhr

Masters mittwochs:

Einlass: 20.00-20.05 Uhr Beginn: 20.10 Uhr Ende: 21.10 Uhr; Auslass: spätestens 21.25 Uhr

*** Die Gruppen werden noch festgelegt; die Schwimmerinnen und Schwimmer werden dann per Mail/telefonisch benachrichtigt. Das Training beginnt erst am Montag, 29.06.2020**

Das Trockentraining am Freitag im Freien sowie die Trockentrainingseinheiten im Gymnastikraum am Samstag (s. Infobrief 042) finden ebenfalls weiterhin statt. Alle weiteren und ergänzenden Informationen werden bei Verfügbarkeit zeitnah auf unserer Homepage www.wsc-lindlar.de veröffentlicht.

Wir wünschen allen trotz den vorgenannten, notwendigen Einschränkungen viel Spaß beim Training und hoffen, dass alle weiterhin gesund bleiben.