

## **Trampolinspezifische ergänzende Handlungshinweise zur DTB-Organisationshilfe und den Übergangsregeln für die DTB-Sportarten für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben**

Mit diesem Dokument möchte das Technische Komitee Trampolinturnen spezifische ergänzende Hinweise für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes Trampolinturnen geben. Den vorliegenden Handlungshinweisen liegen folgende Dokumente zu Grunde, deren Vorgaben strikt einzuhalten sind:

- [Die zehn Leitplanken des DOSB](#)
- [DTB-Übergangsregeln](#)

Die jeweiligen behördlichen Verordnungen der Bundesländer sind grundsätzlich unterschiedlich und entsprechend zu beachten. An ihnen muss sich der organisierte Sport, muss sich jeder Verein streng orientieren. Das gilt für alle Personen des Trainingsbetriebes. Die Vorstände der Vereine und jeweiligen Übungsleitenden haben auf ihre Einhaltung zu achten.

Nun gilt es, nach Studium verschiedener Gesetze, Verordnungen und Empfehlungen diese neuen Rahmenbedingungen/ Übergangsregeln für unsere Sportart so aufzubereiten, dass regelkonformes Sporttreiben möglich ist. In den letzten Tagen haben wir einige Gespräche geführt, um Ideen hierzu zusammenzutragen. Wir möchten Euch Hinweise geben, die Euch helfen sollen, Euren Sportbetrieb im Bereich Trampolinturnen wieder in Gang zu bringen.

Marcel Meyer hat als Landestrainer im Rheinischen Turnerbund (RTB) ein Trainings-Konzept vorgestellt. Viele seiner Ideen und Anregungen könnt Ihr in Eure Überlegungen einbeziehen. Es sind immer die spezifischen örtlichen Verordnungen und Einhaltung der Übergangsregeln dabei zu beachten. Das Konzept ist nicht allgemeingültig, sondern ist als Hilfestellung für das eigene reflektierte Handeln gedacht.

[Trampolin-Training unter Corona-Bedingungen von Marcel Meyer](#)

Zu einzelnen Gesichtspunkten möchten wir Ausführungen machen.

### **Hygiene/ Desinfektion**

- Abdeckungen der Trampoline: Es sollte auf ein alkoholbasierendes Mittel zur Reinigung oder Desinfektion der Abdeckungen der Trampoline verzichtet werden. Nach Angaben der Firma EUROTRAMP werden die verwendeten Materialien dadurch beschädigt. Zurzeit werden alternative Desinfektionsmittel geprüft, sobald hierzu Empfehlungen vorliegen, werden wir diese weitergeben. Ansonsten gilt die Empfehlung weiterhin, dass Desinfektionsmittel mit 69% Alkohol grundsätzlich bei der Reinigung der Liegenschaft einzusetzen sind.
- Grundsätzlich gilt mindestens vor und nach dem Training sind die Hände gründlich gemäß der Hygieneregeln zu waschen. Dies ist grundsätzlich einer Desinfektion der Hände mit Desinfektionsmitteln vorzuziehen.

### **Trainingsbetrieb**

- Die Bedingungen für die Vereine und Sportgruppen sind naturgemäß stark unterschiedlich. Wenn man in einer Halle oder einem Trainingszentrum mit fest aufgebauten Geräten ist, hat man sicherlich bessere Möglichkeiten das Training entsprechend anzupassen, als wenn man nur 2x die Woche eine Schulturnhalle nutzen kann und einen guten Teil der Hallenzeit mit Auf- und Abbau zubringen muss. Wenn man mit einer Leistungs- (Wettkampf-) Gruppe trainiert, ist es leichter, die Zahl der Trainierenden zu regulieren als im Elementarbereich. All dies macht es nicht leichter, die Vorgaben in die Praxis umzusetzen.

### **Hilfestellung/Schiebematte**

- Hier besteht sicherlich z.Zt. eine der größten Problematiken. In den meisten Bundesländern ist nur Sport ohne Körperkontakt und in allen nur mit Mindestabständen von mind. 1,5 m erlaubt. Ein Training auf dem Trampolin ist aber nach Auffassung des Technischen Komitees keinesfalls ohne einen im Notfall körperlich eingreifenden Trainer\*in oder den Einsatz der Schiebematte gefahrlos möglich. Hier sind deshalb zwingend Trainingsformen zu wählen, die ein mögliches Verletzungsrisiko vollständig minimieren!
- Ein reines Sprungtraining wird erst wieder möglich, wenn Sport mit Körperkontakt zugelassen ist.

Wir hoffen, Euch mit diesen Informationen eine Hilfestellung für Eure Arbeit im Verein mit den Trampolin-Turner\*innen gegeben zu haben.

Euer TK-Trampolinturnen im DTB