



## Mombacher Turnverein 1861 e.V.

MTV 1861 e.V. – Turnerstraße 31-33 – 55120 Mainz

Mombacher Turnverein  
Vorstand  
Turnerstraße 31-33  
55120 Mainz

**Mombacher Turnverein 1861 e.V.**  
Turnerstraße 31-33  
55120 Mainz  
T. 06131-625604  
info@mombacher-turnverein.de  
www.mombacher-turnverein.de

Genobank Mainz eG  
IBAN DE50 5506 0611 0000 2005 30  
BIC GENODE51MZ6

Vorsitzende  
Christine Bechtlof  
Mathias Grünewald  
Kerstin Sinsel

Betreff: Randbedingungen/Vorschlag zur Öffnung des  
mtv-Studios

Mainz, 22.05.20 14:43:00

Hallo Vorstand,

anbei sende ich Euch den Vorschlag zur Öffnung des mtv-Studios ab dem 27.Mai 2020, den ich mit Heike und Steffi ausgearbeitet hab .

Die notwendigen Beistellungen von Desinfektionsmittel und Markierungsband müssen durch den Verein bereitgestellt werden.

### Festlegungen:

Aufgrund der Doku „DTB-Übergangsregeln\_Wiedereinstieg Fitness und Gesundheit vom 08.05.2020“ sind folgende Vorgaben zu beachten:

- Es müssen 2-4 Meter Abstand in geschlossenen Räumen beim Fitnesstraining eingehalten werden.
- Cardiotraining in geschlossenen Räumen ist untersagt.
- Je nach Gegebenheit sind pro Person 20-40 qm einzuplanen.  
Heike hat am 20.5. den grauen Trainingsbereich vermessen und wir haben beschlossen, dass für das mtv-Studio 20qm pro Trainingsperson eingeplant wird.  
Bei unseren 116,25 qm (12,5x9,3m) würden wir 5 Personen auf die Traingsfläche lassen ohne den Bogen zu überspannen.
- Pro Person muss ein Desinfektionsspender verfügbar sein, da im Zirkel an den geräten gearbeitet wird und wir somit 5 Desinfektionsspender plus 3 für die Toilettenanlagen als Beistellung des Vereins benötigen.
- Umkleideräume, Duschen und Sauna bleiben geschlossen.
- Die Nutzung von Kleingeräten (Flexibar, Terrabänder, Pezzi- und Medizinbälle sowie der Bauchrolle) wird unterbunden, diese kommen vorerst weg.
- Sitzmöglichkeiten (Tische und schwarze Stühle sowie Barhocker und kleine Bank) kommen weg.



### Festlegungen für das mtv-Studio

- Es wird mit 5 Personen kein offener Betrieb möglich sein, wodurch wir Trainingseinheiten von 60 Minuten anbieten.
- Die Personen müssen sich telefonisch anmelden und werden zu den Öffnungszeiten in einen Wochenplan eingetragen, wo maximal eine Woche im Voraus gebucht werden kann und nicht „für die nächsten drei Wochen jeweils zur Zeit x.“
- Pro Kalendertag ist nur ein Termin pro Person zu buchen.
- Bei Trainingsbesuch müssen die Personen auf Formblatt bestätigen, dass sie keine Erkältung haben und Ihren Besuch mit Unterschrift in einem Anmeldebogen unterschreiben, wodurch wir eine Übersicht haben, wer wann im Studio trainiert hat.
- **Mo, Mi, Fre Vormittag** werden folgende Zeitfenster angeboten  
8:30 – 9:30; 9:45 – 10:45; 11:00 – 12:15 Uhr  
*die 15 Minuten zwischen drin sind zum Verlassen des Studios und die Trainer wischen zusätzlich mit Desinfektionsmittel über die Geräte und alles durchlüften*
- **Dienstag:**  
9:30 – 10:30; 10:45 – 11:45; 12:00 – 13:00; 13:15 – 14:15; 14:30 – 15:30; 15:45 – 16:45;  
17:00 – 18:00; 18:15 – 19:5; 19:30 – 20:30; 20:45 – 21:45 Uhr  
Den Dienstag wollen wir wieder durchgehend öffnen, als Testphase.  
*Die 15 Minuten zwischen drin sind zum Verlassen des Studios und die Trainer wischen zusätzlich mit Desinfektionsmittel über die Geräte und alles durchlüften*
- **Mo, Mi, Do, Fr Nachmittag**  
15:30 – 16:30; 16:45 – 17:45; 18:00 – 19:00; 19:15 – 20:15; 20:30 – 21:45 Uhr  
*die 15 Minuten zwischen drin sind zum Verlassen des Studios und die Trainer wischen zusätzlich mit Desinfektionsmittel über die Geräte und alles durchlüften.*
- **Sa**  
13:00 – 14:00; 14:15 – 15:15; 15:30 – 16:30; 16:45 – 17:15 Uhr
- **So**  
9:00 – 10:00; 10:15 – 11:15; 11:30 – 12:30; 12:45 – 13:45 Uhr
- Sofern in den Abendstunden keine Anmeldungen vorliegen, behalten wir uns vor das Studio ab 21:00 Uhr zu schließen.
- Damit der Abstand zwischen den Geräten eingehalten wird, werden wir das Training in 2 x 30 Minuten splitten und jeweils ein über das andere Gerät belegen und in den letzten 30 Minuten die Geräte welche in der ersten Hälfte nicht dran waren nutzen.
- Jeder Sportler muss nach Nutzung des Gerätes die Sitzfläche, den Stick für die Gewichte sowie alle Kontaktflächen desinfizieren.
- Der eingesetzte Trainer wird sich nicht auf der Trainingsfläche bewegen, wenn er beratend tätig ist, nur mit Mundschutz.



- Der eingesetzte Trainer wird die Anrufe entgegennehmen und in dem Anmeldeformblatt die Sportler notieren, damit die Trainingszeiten belegt werden
- Der Freihantelbereich wird nur für das KH-Training frei gegeben.  
Bankdrücken auf der Flachbank, Schrägbank sowie an der Multipresse und Langhanteltraining für alle Muskelgruppen wird wegen fehlender Hilfestellung Aufgrund des Sicherheitsabstandes sowie der stärkeren Ausatmung zum Schutz der anderen Anwesenden untersagt.
- Die Matten werden entfernt, jeder Sportler soll seine eigene Matte für Bauchübungen mitbringen, da die Reinigung nach jeder Nutzung nicht sichergestellt werden kann.
- Die Sportler müssen bereits in Sportkleidung kommen und können ihre Schuhe im Treppenhaus wechseln, da es keine Ablagemöglichkeiten in den Umkleideräumen gibt. Taschen können dann in einem markierten Bereich im Studio (wo sonst Tische und Stühle stehen, platziert werden. Kennzeichnung mit Klebeband zur Einhaltung des Sicherheitsabstandes, was durch den Verein bereitgestellt werden soll.
- Schlingentrainer wird mit Frischhaltefolie umwickelt damit dieser genutzt werden kann, ist ein Versuch
- Es werden bis auf weiteres keine Getränke verkauft.
- Die Klimaanlage sowie die Lüftung bleibt während der Sonderregelung aus und es ist ausschließlich eine Frischluftzufuhr über die Fenster und Türen gegeben.

Bitte prüft diese Zusammenstellung und gebt mir eine Rückmeldung damit wir die Randbedingungen über Facebook sowie auf der Homepage kommunizieren können.

Mit freundlichen Grüßen  
**Mombacher Turnverein 1861 e.V.**

Klaus-Peter Lehmann  
mtv-Studio

