

## **So entstand unser Konzept für das Training unter Pandemiebedingungen...**

### **Die Vorgeschichte**

Mitte März mussten wir unser Training zunächst für wenige Wochen unterbrechen. Doch spätestens als diese Unterbrechung wieder und wieder verlängert wurde, war allen klar: Nach dieser Pause wird nicht einfach wieder auf „Play“ gedrückt und es geht weiter wie bisher, nein es wird viele Anpassungen an die Situation geben müssen – ein Konzept muss her!

Solange das Schwimmbad geschlossen war, war die Situation eindeutig, aber mit der Freibadöffnung ging dann neben der Freude, bald wieder trainieren zu können, das Abwägen und Überlegen los. Während der Sommerferien konnte eine kleine Gruppe aus Trainern, Wachgängern und weiteren Aktiven einen eingeschränkten Trainingsbetrieb unter den neuen Gegebenheiten testen. Auch für diesen kleinen Kreis waren viele Vorbereitungen, wie die Benennung von Corona-Beauftragten im Verein, eine Schulung aller Teilnehmer, sowie Voranmeldung zu jedem Termin und natürlich die Beachtung aller Hygieneregeln Voraussetzung.

Leider ließen sich die Regelungen aus der Ferienzeit nicht so einfach auf größere Gruppen übertragen, sodass schnell klar wurde, dass unser ‚normales‘ Training im Freibad zunächst nicht realisierbar ist. Dabei spielte auch eine große Rolle, dass die uns zugewiesene Trainingszeit nach der regulären Öffnungszeit und damit recht spät lag und immer stärker mit der Dämmerung zusammenfiel. Wir wollten also die Öffnung des Hallenbades abwarten, die allerdings lange sehr unsicher war. Als sich dann eine Öffnung abzeichnete, war schnelles Handeln angesagt.

### **Die Planungsphase**

Zuerst einmal mussten viele Regelwerke studiert werden, insbesondere die Vorgaben vom Betreiber des Maintalbades, sowie die Richtlinien der DLRG und auch der öffentlichen Verwaltungen. Leider stellte sich schon an dieser Stelle heraus, dass wir vorerst die Anfängerkurse aufgrund der erforderlichen Nähe zwischen Trainer und Schwimmschüler nicht fortsetzen können.

Die erste große Frage die beantwortet werden musste war, ob unser Verein das erforderliche Aufsichtspersonal stellen kann. Da die Gruppengrößen deutlich kleiner sein und die Trainer die Gruppen von Eingang bis Ausgang betreuen sollten (statt wie bisher hauptsächlich in der Schwimmhalle), war der Bedarf an Trainern und Helfern besonders groß. Zu dieser Frage gab es zum Glück schnell ein „Ja“, denn eine Email-Abfrage unter den rein ehrenamtlichen Trainern und Trainingshelfern brachte das Ergebnis, das die Allermeisten gewillt waren, einen

zeitlichen Mehraufwand und ein potentiell vorhandenes Ansteckungsrisiko zu tragen, um unser Trainingsangebot wieder zu ermöglichen.

Nun konnten wir uns also an die konkrete Planung des Trainings machen und auch beginnen, Trainingsgruppen einzuteilen. Allerdings standen auf unseren Listen so viele Trainings Teilnehmer, dass es zunächst kaum möglich schien, allen einen festen Trainingsplatz in den neuen Kleingruppen anzubieten. Die vielen Kinder auf den Wartelisten hatten dabei leider erst recht das Nachsehen und mussten erstmal auf unbestimmte Zeit vertröstet werden. In Abstimmung mit dem Schwimmbad konnten wir unsere Trainingszeiten von bisher zwei auf nun drei Stunden erweitern, sodass wir die Kapazitätsprobleme einigermaßen ausgleichen konnten. Es folgte eine erste Grobeinteilung der Gruppen auf die drei Stunden und damit dann ein Anschreiben an alle „aktiven“ Trainingsteilnehmer mit der Abfrage, wer unter den erschwerten Bedingungen trainieren möchte.

Parallel dazu lief die Organisation des Trainingsablaufs im Hintergrund und alle durchlaufenen Orte mussten dabei genau betrachtet werden.

Die hohe Luftaustauschrate der aufgrund der feucht-warmen Luft notwendigen Klimatisierung macht im Zusammenspiel mit der chlorbasierten Wasseraufbereitung den Aufenthalt in der großen Schwimmhalle recht unkritisch. Die maximale Anzahl an Trainierenden pro Bahn und Becken sowie die Ein- und Ausgänge sind durch den Schwimmbadbetreiber vorgegeben. Wir mussten also nur dafür sorgen, dass sich die einzelnen Kleingruppen nicht durchmischen, indem wir ihnen feste Aufenthaltsbereiche zugewiesen haben. Die zwingend erforderliche Nachweisung der Teilnehmer zur möglichen Verfolgung von Infektionsketten, war aufgrund der schon immer geführten Riegenkarten kein großes Problem. Aber die Aufbewahrung der in den trockenen Bereichen vorgeschriebenen Mund-Nase-Bedeckungen (MNB) machte uns Sorgen, denn sie durften natürlich weder nass noch vertauscht werden, was schon im Normalbetrieb bei Flossen, Badeschuhen und Handtüchern nicht immer funktionierte. Außerdem durfte das Wiederaufsetzen der MNB am Trainingsende weder mit nassen Händen, noch auf ein nasses Gesicht erfolgen. Unsere Lösung: Pro Trainingsgruppe wurde eine große beschriftete Lagerkiste mit 7 Fächern angeschafft und den Teilnehmern wurde mitgeteilt, dass jeder eine individuell markierte Aufbewahrungsbox oder -beutel für die MNB und auch ein kleines Handtuch mitbringen muss.

Die Umkleiden sind im Maintalbad gut in Reihen unterteilbar, sodass nach der Festlegung von Zeitschlitzten für das Umziehen (ca. 10 Minuten für Kommende und ca. 15 Minuten beim Gehen) eine Zuweisung an die Trainingsgruppen leicht möglich war. Allerdings war es aufgrund der zwei Gemeinschaftsumkleiden erforderlich, die neuen Kleingruppen immer möglichst rein aus weiblichen oder männlichen Teilnehmern und Trainern zusammenzustellen. Auch das Duschen und damit die Übergabe der persönlichen MNB an den Trainer war auf-

grund von besonderer Aufsicht über die Einhaltung der Abstandsregeln und der neuen Lagerkästen einfach zu regeln.

Doch eine Station hatten wir zunächst etwas unterschätzt: Die Wege vom Eingang über die Treppe und bis zu den Umkleiden sind lang, unübersichtlich und lassen aufgrund geringer Breite an fast keiner Stelle Begegnungen von Gruppen mit pandemiegerechtem Abstand zu. Offenbar war also gar nicht die Belegung der Bahnen in der Schwimmhalle der Knackpunkt, sondern viel eher das Drumherum der Wege- und Wechselzeiten. Wenn jede Gruppe dann noch zum Föhnen im Gang stehen bleibt und damit den Durchgang für andere Gruppen aufgrund der Abstandsregeln blockiert, bleibt am Ende keine Zeit mehr zum Schwimmen!

### **Die Realisierung**

Die Lösung sah nach vielen Planungsschleifen dann so aus:

Haare Föhnen im Gang untersagt, stattdessen im Hinblick auf die kalte Jahreszeit eine große Beschaffungsaktion von Kapuzenpullovern.

In Abstimmung mit dem Bad eine Entzerrung der Gleichzeitigkeit durch versetzten und für jede Kleingruppe individuellen Trainingsbeginn. Um die Orientierung der einzelnen Trainings Teilnehmer zu erleichtern, bekamen alle Kleingruppen einen Namen, mit Farbe und Symbol (Grüner Baum, Gelber Smiley...). Diese Zeichen wurden dann bei den Markierungen der Warteplätze, Trainerzuteilungen, MNB-Lagerkästen usw. eingesetzt.

Und dann folgte die Erstellung eines minutengenauen Marschplanes für die Gruppen. Dieser ist so komplex, dass trotz 4-Augen-Prinzip bei jeder Durchsicht immer neue Fehler auftauchen, mal zu kurz in der Umkleide, mal begegneten sich zwei Gruppen, und noch einige andere Störungen. Schließlich wurde darüber – auch zur Vermittlung an die Aufsichtspersonen – intern sogar ein Animationsfilm als „Gruppentanz“ erstellt, der die Positionen aller Trainingsgruppen im Ablauf der Zeit darstellt.

Damit dieses enge Zeitgerüst auch eingehalten werden kann, ohne dass alle Trainer permanent auf die Uhr schauen müssen, wurden die Rollen Eingangskontrolle und Wegekoordinator geschaffen und mit der Hallenaufsicht sowie den Trainern mittels der 12, von der Jugendgruppe neu für die JET-Gruppe (Jugend-Einsatz-Team) angeschafften, PMR-Funkgeräte vernetzt. Schließlich wurde die gesamte Trainer- und Helferguppe an zwei Vorbereitungsterminen erst theoretisch und dann auch vor Ort im Schwimmbad praktisch eingewiesen. Parallel dazu wurde den Trainingsteilnehmern die Gruppeneinteilung bekannt gegeben und individuelle Einlasskarten verschickt. Die Nachfrage nach den Trainingsplätzen war so hoch, dass alle verfügbaren Trainingsplätze besetzt wurden und einzelne Gruppen sogar nur 14-tägig zum Zuge kommen können.

Im Oktober nach den Herbstferien war es dann soweit. Das Training konnte endlich stattfinden und wir konnten erfreut feststellen, dass sich die umfangreiche Planung gelohnt hat und funktioniert. Schade ist nur, dass der nächste Lockdown mit Schwimmbadschließung schon nach wenigen Wochen unser Trainingsangebot in die nächste Zwangspause schickte. Ein kleiner Trost ist das Lob, welches wir von vielen Seiten für unser Konzept bekamen und vor allem die Hoffnung, dass es uns bald wieder einen neuen Trainingsstart ermöglicht.