



Ambulante Herzgruppe Radolfzell e.V.

Endlich! Wiederbeginn der Übungsabende am 07. Juli 2021

Stand 19. Juni 2021

Liebe AHR-Mitglieder, Ärzteteam und ÜbungsleiterInnen,

seit Anfang Juni gelten weitere Öffnungsschritte und Lockerungen der "Maßnahmen zur Pandemiebekämpfung", die im Stufenplan des Landes Baden-Württemberg bei einer 7-Tage-Inzidenz unter 35 greifen. Diese sinkt aktuell in unserem Landkreis kontinuierlich (heute 11,2). Erfreulich ist auch, dass sich die Impfmöglichkeiten inzwischen deutlich verbessert haben.

Auf Grund dieser Fakten erarbeiteten wir direkt in unserer letzten Vorstandssitzung ein verantwortbares Konzept mit angepassten, verbindlichen Hygieneregeln, das eine schnellstmögliche Wiederaufnahme unserer Übungsabende ermöglicht:

Wir beginnen (nur mit Corona-Geimpften und Genesenen) **am Mittwoch, 07. Juli - wöchentlich für alle Gruppen - mit Gymnastik im Freien.** Eine „Einverständniserklärung“ und den geplanten Ablauf mit verbindlichem „Hygienekonzept“ finden Sie hier anschließend an diese Datei.

Bitte melden Sie sich, wenn Sie noch Fragen dazu haben sollten, und **vergessen Sie nicht, diese Unterlagen zu Ihrer ersten Übungseinheit mitzubringen** (auch, falls noch nicht geschehen, den bereits zugesandten und inzwischen ausgefüllten "Untersuchungsbogen").

Sollten sich witterungs- oder situationsbedingt kurzfristig Änderungen ergeben, werden wir diese tagesaktuell - bis spätestens 16 Uhr - auf dieser Homepage im *Newsticker* veröffentlichen. Vergewissern Sie sich also bitte immer mittwochs ab 16 Uhr, ob der Übungsabend wie geplant stattfinden kann.

Wir werden das Infektionsgeschehen weiterhin aufmerksam beobachten. Nach wie vor sind entsprechende Maßnahmen, Rücksicht und Fürsorge sehr wichtig. Aber wir alle sind hochmotiviert und freuen uns mit Ihnen auf den Wiederbeginn und eine rege Teilnahme! Es soll in diesem Jahr übrigens auch keine Sommerpause geben. Ein herzliches Dankeschön an Ärzteteam und ÜbungsleiterInnen, die dieses Angebot für unsere Mitglieder ermöglichen!

Mitmachen, lautet jetzt die Devise! Wir sind bereit und freuen uns auf das erste Treffen nach so langer Zeit. Auf Wiedersehen am 07. Juli!

Viele erwartungsvolle Sommergrüße

Gisela Kögel-Hensen
- 1. Vorsitzende -

Dr. Gerda Brand
- Leitende Ärztin -



Ambulante Herzgruppe Radolfzell e.V.

Hygienekonzept und Ablauf der AHR-Trainingseinheiten ab Juli 2021 – Outdoor

Alle Teilnehmer unterzeichnen eine „Einverständniserklärung zur Teilnahme an den AHR-Trainingseinheiten ab Juli 2021“ (siehe nächste Datei) und übergeben diese vor Beginn den ÜbungsleiterInnen (ÜL), die auch weitere Vorgehensweise erklären. Anwesenheitslisten mit den Kontaktdaten werden vor Ort durch ÜL ausgefüllt.

Aus Infektionsschutzgründen planen wir zunächst Übungsabende ab dem **07. Juli** durchgängig - ohne Sommerpause - für alle Gruppen mit **Gymnastik im Freien**. Treffpunkt ist jeweils mittwochs an folgenden Plätzen im Bereich des Mettnauparks:

Treffpunkte und Ablauf

17:45h Kneippbecken: Gruppe Trunk 3	18:45h Gruppe Trunk 1
17:45h Asia Garten: Gruppe Ableitner	18:45h Gruppe Stoffel (ÜL Ableitner)
17:45h Urkundenhäusle: Gruppe Wieland (ÜL Binder)	18:45h Gruppe Binder
17:45h RC-Undine: Gruppe Dietsche	18:45h Gruppe Schilling (ÜL Dietsche)

- Bitte mit **FFP2-oder OP-Maske** zum Treffpunkt kommen. Während des Sports kann die Maske abgenommen werden
- Bitte auch für die Gymnastik im Freien immer **Nordic Walking-Stöcke** mitbringen
- Die Nutzung des Kurmittelhauses ist uns zur Zeit nicht möglich
- Die Gruppenordner stehen vorerst nicht zur Verfügung. Daher erhalten Sie **Pulskarte** und **Teilnahmenliste** an Ihrem ersten Trainingsabend von der Übungsleiterin (für zu Hause zum Ausfüllen)
- Sollte auf Grund der Witterung oder sonstigen Ereignissen der Übungsabend nicht planmäßig stattfinden können, wird dies **bis spätestens 16 Uhr** am jeweiligen Mittwoch über den Newsticker auf der Homepage <http://www.herzsport-ahr.de/> bekannt gegeben. **Empfehlung:** Bitte schauen Sie immer kurz online nach, ob sich evtl. Änderungen ergeben haben

Verantwortlich für die Überwachung der verbindlichen und aktuellen Regelungen sind die anwesenden Ärzte und ÜL.

Stand 19.06.2021



Ambulante Herzgruppe Radolfzell e.V.

Einverständniserklärung der TeilnehmerInnen

zur Teilnahme an den AHR-Trainingseinheiten ab 07. Juli 2021

Nachname _____

Vorname _____ Geburtsdatum _____

Ich bin über die notwendigen Maßnahmen zur Wiederaufnahme des Rehabilitationssportes während der Corona-Pandemie informiert worden. Mir wurden die verbindlichen Verhaltens- und Hygieneregeln erklärt und ich bin bereit, diese einzuhalten. Mir ist bekannt, dass auch bei der Durchführung des Rehabilitationssportes für mich ein Risiko besteht, mich mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 zu infizieren.

* Ich bestätige, dass ich bei meiner ersten Teilnahme zum Wiederbeginn der AHR-Übungsabende seit mehr als 2 Wochen über den vollen Impfschutz verfüge. Das **Gelbe Impfbuch** lege ich der Übungsleiterin vor.

* Ich bestätige, dass ich bei meiner ersten Teilnahme zum Wiederbeginn der AHR-Übungsabende als **Genesene/Genesener** bis 6 Monate über den nötigen Schutz verfüge, danach aber eine Einmal-Impfung benötige. Eine offizielle Bestätigung jeweils lege ich der Übungsleiterin vor.

Ich erkläre, dass ich bei Krankheitssymptomen und nach Kontakt mit infizierten Personen – insofern ich davon Kenntnis erlange – nicht am Rehabilitationssport teilnehmen werde. Sollte innerhalb von zwei Wochen nach der Teilnahme am Rehasport eine Infektion oder der Kontakt zu einer infizierten Person festgestellt werden, werde ich den Verein darüber informieren.

Ich wurde darüber informiert, dass meine personenbezogenen Daten sowie Informationen über Krankheitssymptome oder dem Kontakt zu infizierten Personen zusätzlich zu der bisherigen Verarbeitung ausschließlich unter strengster Beachtung des Datenschutzes verwendet werden, um den Anforderungen des Infektionsschutzgesetzes sowie etwaiger einschlägiger aktueller Vorschriften Genüge zu tun.

Ich willige in die Teilnahme am AHR-Rehabilitationssport unter den oben genannten Bedingungen ein.

Radolfzell, am..... Unterschrift

* Zutreffendes bitte ankreuzen