

## Sport – Schwimmen in Coronazeiten

Klasse/ Kurs		7a - Wer	7b - Spec	7c –Bisa	Q1 - Stad	Q1LK - Petc	Q2 - Fros	Q2LK - Gorn
Unterrichts-Zeit		Mo. 3./4.	Mo 3./4.	Di 5./6.	Mi 9./10.	Mi 7./8. oder 9./10.	Mi 7./8.	Mi 7./8. oder 9./10.
Bad		Rheine	Rheine	Mesum	Rheine	Rheine	Rheine	Rheine
Buszeiten	Hin	9:40	9:40	11:35	Eigen-anreise	Eigen-anreise	Eigen-anreise	Eigen-anreise
	Rück	11:00	11:00	12:50				
Schwimmbadzeit		10:00-11:00	10:00-11:00		14:10 – 15:00*		13:15-14:10*	
Wasserzeit		10:15 – 10:45	10:15 – 10:45	11:45 – 12:30	14:10 – 15:00*		13:15-14:10*	

\*Laut Aussagen von Herrn Termöllen (Hallenbad Rheine) ist 13:15 – 15:00Uhr unsere Wasserzeit, welche ich nun einfach mal in diese zwei Zeitblöcke unterteilt habe. Des Weiteren ist vor 13:15Uhr keine Gruppe im Bad und im Zeitfenster nach 15Uhr liegt ein aufgrund von Corona derzeit ruhender Schwimmkurs, d.h. keine Gruppenkollision im Umkleide-/Duschbereich möglich.

## Coronaregeln – Schwimmunterricht

### I. Grundsätzliches für beide Bäder

#### Abstandsregel

⇒ Es gilt in allen Bereichen ohne Mund-Nase-Schutz die Abstandsregel von 1,5m.

#### Mund-Nase-Schutz

⇒ Im Schwimmbad gilt bis zu den Umkleiden MNS-Pflicht!

#### Klasseneinteilung in max. 10er Gruppen

- ⇒ Klasse in feste Gruppen je maximal 10 SuS einteilen und über diese eine Kontaktlisten führen. Kontaktliste ist auch im Bad mitzuführen und ggf. auf Verlangen des Personals vorzuzeigen (läuft aber in der Regel auf Vertrauensbasis!)
- ⇒ 10er Gruppen bleiben im Bad und für gesamten Schwimmunterricht fest!
- ⇒ Pro Bahn je eine solche Gruppe.

#### Inaktive SuS

- ⇒ normale Sportsachen (kurz) und wenn möglich Badeschlappen mitnehmen und auf Fenster-/Wärmebank in Schwimmhalle in 1,5m Abständen sitzen lassen (Stühle wurden alle entfernt) – keine normalen Straßenklamotten aufgrund allgemeiner Hygienevorschriften im Schwimmbad erlaubt.

#### Haare trocknen → Mützenpflicht!!

- ⇒ KEIN Föhnen erlaubt, weder mit Schwimmbadföhen noch mit privaten Föhen.

#### Süßigkeitenautomat

- ⇒ Keine Nutzung des Süßigkeitenautomates erlaubt!

## II. Hallenbad Rheine - Spezielles

### Schwimm-/ Wasserzeiten:

- ⇒ Betreten des Bades ab 10Uhr, Verlassen um 11Uhr.
- ⇒ Unsere Wasserzeit: 10.15Uhr bis 10.45Uhr
- ⇒ Vor uns: Paul – Gerhardt (bisher noch nicht anwesend) ; nach uns: Canisius (anwesend).

### Umkleiden:

Für Jungs und Mädchen stehen je 1 x Sammelumkleiden für je 10 Personen und 7-8 Einzelumkleiden zur Verfügung. Diese werden vom Hallenbad Rheine den Schulen zugewiesen!

- ➔ Keine Kollision mit anderen Gruppen möglich!

### Duschen:

- ⇒ 6 Jungen zeitgleich in Dusche.
- ⇒ 4 Mädchen zeitgleich in Dusche.
- ⇒ Bahnaufteilung mit Bahnen:  
Eine Leine ist immer gespannt und teilt das Becken in 2 (Fensterseite) : 3 Bahnen (Duschseite); Weitere Leinen könnten von uns gespannt werden, müssen dann aber auch von uns wieder entfernt werden (-> aufgrund der kurzen Wasserzeit vermutlich nicht sinnvoll)

## III. Hallenbad Mesum - Spezielles

### Schwimm-/ Wasserzeiten:

- ⇒ Betreten des Bades ab 11.45Uhr, Verlassen um 12.45Uhr.
- ⇒ Wasserzeit von 11.45Uhr bis 12.30Uhr

WICHTIG: Die Klasse vor uns verlässt erst die Schwimmhalle, wenn wir fertig umgezogen und geduscht die Schwimmhalle betreten haben UND wir verlassen erst die Schwimmhalle, wenn die nachfolgende Gruppe vollständig die Schwimmhalle betreten hat. Die eine Gruppe wartet dann immer entsprechend auf der einen Seite des Schwimmbades auf der Bank sitzend auf das Kommen der anderen Gruppe → Grund: Keine Durchmischung der Gruppen in Dusche bzw. Umkleide möglich!

### Umkleiden:

- ⇒ 2 Sammelumkleiden zu je 10 Personen, Rest in Einzelumkleiden

### Duschen:

- ⇒ 5 Personen zeitgleich in Dusche

## IV. Packliste Schwimmunterricht

- 1) Mund-Nase-Schutz
- 2) Sportliche Badekleidung (Pflicht): Badehose (Schwimmshorts – Knie bleiben frei!) / Badeanzug (kein Bikini).
- 3) Badekappe (Empfehlung) → Aufgrund des Fönverbotes bleiben so die Haare trockener!
- 4) Badeschlappen (Empfehlung)
- 5) Mütze zum Tragen nach dem Schwimmunterricht (Pflicht)
- 6) Inaktive Schüler\*innen bringen mit (Pflicht): Kurze Sporthose + T-Shirt + Badeschlappen + Collegenblock + Stift → Aufgrund der allgemeinen Hygienevorschriften in Schwimmbädern darf keine Alltagskleidung innerhalb der Schwimmhalle getragen werden!