

Aus unserer Sicht kann ab jetzt auch das Kinderturnen und Eltern-Kind-Turnen wieder starten. Es sollte Folgendes beachtet werden:

Grundlage:

- Sport OHNE Abstand (Kontaktsport) ist in NRW derzeit mit max. 30 Teilnehmer*innen sowohl im Freien als auch in der Sporthalle erlaubt.
- Damit mögliche Infektionsketten schnellstmöglich erkannt werden, muss für jede Sporteinheit eine Teilnehmerliste mit Kontaktdaten geführt werden.
- Eine gute Durchlüftung der Sporträume muss sichergestellt werden.
- Handhygiene, Nies- und Hustetikette sind wichtige Hinweise für Eltern und Kinder.
- Desinfizieren bzw. Säubern von genutztem Material nach der Stunde muss sichergestellt sein.
- ELTERN-KIND-TURNEN: Eltern müssen die Halle mit Mund-Nasenschutz betreten – in der Halle darf er abgesetzt werden.
- KINDERTURNEN ohne Eltern – Eltern geben die Kinder mit Abstand vor der Sporthalle im Freien ab.

Empfehlungen:

- Da gerade im Kinderturnbereich der Kontakt zum/r Übungsleiter*in gesucht wird, empfehlen wir, die Übungsleitungen und Sporthelfer*innen mitzuzählen. Beim Eltern-Kind-Turnen gilt dieses ebenfalls für die Eltern. Somit sind max. 30 Personen gleichzeitig in der Turnstunde.
- Möglichst feste Gruppen einteilen.
- Bei zu großen Gruppen, die Gruppe teilen und die Gruppen wochenweise wechseln lassen oder die Turnzeiten verkürzen.
- Körperkontakte auf ein Minimum begrenzen | Sport und Bewegung ohne Körperkontakt sind zu bevorzugen
 - Verzicht auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen
 - nach Möglichkeit sollte das gleiche Elternteil das Angebot wahrnehmen und nur ein Elternteil
 - Übungsleitung reduziert Hilfestellungen auf ein Minimum und gibt in erster Linie mündliche Anweisungen
 - auf Partnerübungen möglichst verzichten
- Beim Eltern-Kind-Turnen bewegen sich die Kinder bereits eigenständig und werden nach Möglichkeit von ihrem Elternteil betreut.
- Freiluftangebote sollten bevorzugt angeboten werden.
- Weitere allgemeine Empfehlungen für Übungsleitungen sind [hier](#) zu lesen.

Tipps:

- [Rollende Kibaz](#) auf einem Sportplatz oder Parkplatz im Freien durchführen
- Kibazübungen für [zu Hause](#) und [im Wald](#)
- Alltagsmaterialien nutzen, die leicht zu reinigen sind wie [Schwämme](#), Plastikbälle, Zeitungen ...
- Schatzsuchen organisieren – [weitere Infos dazu auf der Seite des KSB-EN](#)