



Es richtet sich nach der vom 24.08.2020 geltenden Landesverordnung zur Bekämpfung des Coronavirus, dem dazu geltenden Erlass und den „10 Leitplanken des DOSB“.

Grundsätzlich sind alle Indoor-Aktivitäten im Sport erlaubt. Bei im Freien durchgeführten Trainings ist jedoch grundsätzlich eine geringere Infektionsgefahr gegeben und daher soweit wie möglich zu bevorzugen.

## 1. Einhaltung der Hygieneregeln

Es gilt das Abstandsgebot, ausser bei Trainingsgemeinschaften im Training und Wettkampf, und die Einhaltung der Hygienemaßnahmen. Die Einbahnstrassenregelung ist aufgehoben. Die Gemeinschaften desinfizieren sich die Hände und tragen beim Betreten der Sportstätten bis zur Umkleidekabine einen Mund Nasen Schutz. Dieses gilt auch für den Durchgang über die Gaststätte oder das Treppenhaus bis in den kleinen Saal.

- Sanitäre Gemeinschaftseinrichtungen und Umkleidekabinen können von der Trainingsgemeinschaft ohne Abstand genutzt werden.
- Unterschiedliche Mannschaften, Sportgruppen und Riegen müssen ihre eigene Umkleide und Dusche benutzen. Beim Verlassen der Sportstätten muss von der Umkleidekabine/Saal bis zum Ausgang ein Mund Nasen Schutz getragen werden.
- Nach der Benutzung muss die Umkleidekabine – hier Bänke usw.- desinfiziert werden.
- In der Sporthalle an der Schule wird wegen mangelnder Lüftung das Duschen nicht empfohlen.
- An jeder Sportstätte stellt der Verein Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- Nach jeder Trainingsstunde werden durch die Übungsleiter\*innen die Oberflächen (nicht Böden) gereinigt, ggf. desinfiziert, die Räume gelüftet. Die Materialien werden desinfiziert. Materialien und Geräte, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht benutzt.
- Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte (z. B. Yogamatten, Boxhandschuhe, Tischtennisschläger) mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.

## 2. Trainings- und Kursbetrieb

- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen wurden in die Hygienebestimmungen des Vereins eingewiesen und haben deren Kenntnis schriftlich bestätigt. Ihnen werden notwendige Materialien zur Einhaltung der Hygienevorschriften zur Verfügung gestellt.
- Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und bestätigt dies mit der Anmeldung zur Sporteinheit:

Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome. - Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.

Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen der Hände) werden eingehalten.



- Zwischen bzw. in den Sporteinheiten muss ein Zeitrahmen von ca. 20 Minuten eingeplant werden, um mit Hilfe der Teilnehmer Hygienemaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Die Hallen sollen in dieser Zeit durchgeflüftet werden. Jede Gruppe fängt 10 Minuten später an und hört 10 Minuten früher auf.
- Trainer\*innen, Übungsleiter\*innen und Teilnehmende reisen individuell an. Bei Fahrgemeinschaften sind Mitglieder\*innen aus zwei Haushalten erlaubt.
- Gästen und Zuschauer\*innen ist der Zutritt zu Sporthallen nicht erlaubt. Auf den Sportplätzen sind Zuschauer mit Abstandsregel – 1,50 meter- max. 50 Personen erlaubt. Kinder unter 12 Jahren dürfen durch eine Person begleitet werden.
- Sportgruppen, Mannschaften und Riegen dürfen in der Anzahl abhängig von der Sportart wieder gemeinsam trainieren und Wettkämpfe austragen. Sie werden als eine Kohorte angesehen. Die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen führen eine Teilnehmerliste zur besseren Kontaktverfolgung.
- Sämtliche Körperkontakte müssen vor, und nach der Sporteinheit unterbleiben Die Teilnehmer sollen vor der Teilnahme am Sportbetrieb über die neuen Abläufe informiert werden. Die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen müssen ihre Konzepte ggf. anpassen .0

Ergänzend zu den o.a. Festlegungen werden für einzelne Übungs- und Sportstunden in den Hallen maximale Teilnehmerzahlen festgelegt, die auf dem Bewegungsniveau der dort stattfindenden Übungsstunden (siehe oben) und den örtlichen Gegebenheiten beruhen.

Schulturnhalle: max. 16 Personen

Gymnastikhalle: max. 10 Personen

Sportheim (Spiegelsaal) max. 10 Personen bzw. 5 Paare

Uttoxeterhalle (je Drittel) max. 16 Personen gesamt Halle 50 Personen

**Die Übungsleiter/innen haben die Gruppen, soweit erforderlich, in eigener Zuständigkeit einzuteilen und zu informieren.**



### 3. Notfall, Ende der Übungsstunde

Im Falle eines Unfalls/Verletzung müssen sowohl Ersthelfer\*innen als auch der\*die Verunfallte/Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Im Falle einer Wiederbelebung wird der Mund der wiederzubelebenden Person mit einem Tuch bedeckt, die Herzdruck-Massage durchgeführt.

Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sparteinheit.

Alle Sportler\*innen haben sich nach diesem Konzept zu richten. Sowie nach den für ihre Sportart zuständigen Richtlinien ihrer Fachverbände Diese Richtlinien werden von den Spartenleiter\*innen angefordert und an die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen verteilt.