

# Verhaltens- und Hygienemaßnahmen

## zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs im VTB Wilnsdorf e.V.



Stand: 29.07.2020

Bereich		Anweisung/Auflagen
Allgemeines	Gruppengrößen	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben anzupassen. Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 10m<sup>2</sup> pro teilnehmender Person für kontaktlose Sportarten.</li> <li>➤ Kapazitäten Sporthallen Gemeinde Wilnsdorf für kontaktlosen Sport mit 1,5m Abstandsregelung:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundschule Vorm Brand: <b>32 Personen</b></li> <li>• Gymnasium Höhwäldchen: <b>41 Personen pro Hallendrittel</b></li> <li>• Grundschule Wilgersdorf: <b>29 Personen</b></li> <li>• Realschule Niederdielfen: <b>29 Personen</b></li> <li>• Adolf-Sänger-Halle Niederdielfen: <b>41 Personen (ist aber geschlossen wegen Schulnutzung!)</b></li> </ul> </li> <li>➤ Gruppengröße bei Kontaktsport: <b>maximal 30 Personen (incl. ÜL)</b></li> <li>➤ Die Sporteinheiten sollten möglichst in gleichbleibender Besetzung stattfinden (fester Teilnehmerkreis).</li> </ul>
	Trainingszeiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Zwischen aufeinanderfolgenden Sporteinheiten/Gruppen ist eine Pause von mindestens 10 Minuten einzuhalten, um Hygienemaßnahmen durchzuführen, einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen und die Räumlichkeit/Trainingsfläche zu lüften. Daher ist das Training <b>ca. 10 Minuten früher zu beenden bzw. später zu beginnen.</b></li> </ul>
Vor der Trainigseinheit	Teilnahmebedingungen für Gruppenmitglieder und Übungsleiter	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Bei jeglichen Krankheitssymptomen ist Trainer*innen/Übungsleiter*innen das Betreten der Sportstätte, die Leitung der Sporteinheit sowie die Teilnahme an sonstigen Vereinsangeboten untersagt. Eine Information an den Verein und die Teilnehmenden muss umgehend erfolgen.</li> <li>➤ Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung sowie vor Beginn der Sporteinheit bestätigen:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.</li> <li>• Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.</li> <li>• Vor und nach der Sporteinheit muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.</li> <li>• Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges gründliches Waschen der Hände) werden eingehalten.</li> </ul> </li> </ul>

Getränke und eigene Sportgeräte und Mund-Nase-Schutz		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporthalle mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt. Gleiches gilt für eigene Matten oder Sportgeräte. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.</li> <li>➤ Es werden keine Getränke und Speisen ausgegeben.</li> <li>➤ Für die erforderlichen Mund-Nasen-Schutzmasken und hat der Übungsleiter bzw. Teilnehmer selbst zu sorgen.</li> </ul>
Anreise		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen und Teilnehmenden reisen individuell und möglichst bereits in Sportbekleidung zur Sporthalle an. Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.</li> </ul>
Zutritt zur Sportstätte		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Es ist zu gewährleisten, dass der Zutritt zur Sportstätte <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nacheinander,</li> <li>• ohne Warteschlangen,</li> <li>• mit entsprechendem Mund-Nase-Schutz und</li> <li>• unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Metern erfolgt</li> </ul> </li> <li>➤ Der Zutritt zur Sportstätte erfolgt mit Mund-Nase-Schutz</li> </ul>
Umkleieräume		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Auch in den Toiletten-/Duschen sowie Umkleieräumen muss ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden und eine ausreichende Lüftung sichergestellt sein.</li> </ul>
Begrüßung		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Jegliche Körperkontakte, z. B. bei der Begrüßung müssen unterbleiben.</li> <li>➤ Die Teilnehmenden werden vor jeder Sporthalle auf die geltenden Verhaltensmaßnahmen/Hygienevorschriften hingewiesen.</li> <li>➤ Jeder Teilnehmer bestätigt, dass er die gesundheitlichen Teilnahmebedingungen erfüllt (siehe oben)</li> </ul>
Anwesenheitslisten		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen führen Anwesenheitslisten, so dass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.</li> </ul>
Zuweisung von Pausenflächen		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit individuelle Trainings- und Pausenflächen zu.</li> </ul>

	Desinfektion von Sportgeräten	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen reinigen und desinfizieren sämtliche bereitgestellten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen). Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.</li> <li>➤ Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.</li> </ul>
	Geräteräume	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Geräteräume dürfen nur unter Einhaltung der 1,5m Abstandsregel betreten werden.</li> </ul>
<b>Während der Trainingseinheit</b>	Mund-Nase-Schutz	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Der Mund-Nasen-Schutz kann während der Sporeinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein.</li> <li>➤ Im Falle eines/einer Unfalls/Verletzung sollten sowohl Ersthelfer*innen als auch der*die Verunfallte/Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz tragen.</li> </ul>
	Mindestabstand	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Übungsleiter*innen achten darauf, dass bei kontaktlosen Sportarten der Mindestabstand von 1,50 Metern während der gesamten Sporeinheit eingehalten wird.</li> <li>➤ Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).</li> <li>➤ Bei kontaktlosen Sportarten müssen sämtliche Körperkontakte während der Sporeinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen.</li> </ul>
	Sprechen	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.</li> </ul>
	Pause	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Wenn sich Teilnehmende während der Sporeinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden bei dem*der Trainer*in/ Übungsleiter*in geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Toilettenanlagen.</li> </ul>

<b>Nach der Trainingseinheit</b>	Verlassen der Sportstätte	➤ Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporeinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln.
	Desinfektion von Sportgeräten	➤ Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen reinigen und desinfizieren sämtliche genutzten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen).
	Mund-Nase-Schutz	➤ Nach Beendigung des Angebotes muss der Mund-Nasen-Schutz wieder angelegt werden.
	Lüften	➤ Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen lüften die genutzten Räumlichkeiten/Trainingsflächen.
	Kontakte zwischen Übungsleitern / Übergaben	➤ Die Kontakte unter den Trainer*innen/Übungsleiter*innen werden auf ein Mindestmaß reduziert und dokumentiert; Abstands- und Hygieneregeln sind einzuhalten.