

# Hygiene-Konzept TV 06 Limbach e.V.

(Stand 31.08.2020)

- Das Konzept orientiert sich an den neun Leitplanken der Wiederaufnahme des vereinsbasierten Sporttreibens des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) vom 06.07.2020, der Zusatz-Leitplanke Halle des DOSB vom 28.05.2020 sowie der Verordnung zur Änderung infektionsrechtlicher Verordnungen zur Bekämpfung der Corona Pandemie des Saarlandes vom 10.07.2020.
- Wichtig dabei: Der Schutz der Gesundheit steht über allem, und die behördlichen Verfügungen sind zu beachten. Unter Beachtung der lokalen Gegebenheiten und Strukturen gilt es, zum Teil auch individuelle Lösungen zu finden und umzusetzen. Dabei ist gesunder Menschenverstand und Pragmatismus gefragt.
- Dieser Leitfaden bietet hierfür das Gerüst und wichtige Orientierungsgrundlagen.

## 1. Allgemein

### GESUNDHEITZUSTAND

- Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt kontaktieren: sämtliche Erkältungssymptome, Husten, Fieber, Atemnot insbesondere in Verbindung mit Geschmacksstörungen.
- Die gleiche Empfehlung gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
- Bei positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt muss die betreffende Person mindestens 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.
- Am Trainingsbetrieb darf nur teilnehmen wer sich 100% fit fühlt.

### MINIMIERUNG DER RISIKEN IN ALLEN BEREICHEN

- Fühlen sich Trainer\*in oder Spieler\*in unsicher in Bezug auf das Training oder eine spezielle Übung, sollten sie auf eine Durchführung verzichten.
- Zu klären ist, ob potenziell Teilnehmende am Training einer Risikogruppe (besonders Ältere und Menschen mit Vorerkrankung) angehören.
- Auch für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Training von großer Bedeutung, weil eine gute Fitness vor Komplikationen der Corona-Erkrankung schützen kann.
- Umso wichtiger ist es für alle Betroffenen das Risiko bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

## 2. Organisatorische Umsetzung

### GRUNDSÄTZE

- Trainer\*innen informieren die Trainingsgruppen über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften sie sind Verantwortlich für die Umsetzung des Hygienekonzeptes in den Trainingseinheiten.

- Den Anweisungen der Trainer\*innen zur Nutzung des Sportgeländes und der Sporthallen ist Folge zu leisten.
- Außerhalb der sportlichen Aktivitäten ist ein Mund-Nasen Schutz zu tragen.
- Die Trainingsgruppen (max 35 Personen) müssen dem Raumangebot (mind 5qm/Person) angepasst werden. Das erlaubt den Betrieb aller Hallen und eine Doppelbelegung der Dorfhalle.
- Schulturnhalle: 35 Personen, Gymnastikraum: 30 Personen, Spiegelsaal: 12 Personen.
- Die Trainingszeiten sind so zu organisieren, dass ein Aufeinandertreffen mehrerer Trainingsgruppen bestmöglichst vermieden wird. Deshalb verlassen die Trainingsgruppen 15 min vor der nächsten Gruppe das Sportgelände/ die Sporthalle.
- Es müssen von jeder Trainingseinheit Teilnehmerlisten erstellt werden, die im Falle einer Infektion eines Teilnehmers unverzüglich an die Verantwortlichen des Vereins zu übersenden sind. Die Listen sind nach 4 Wochen datensicher zu vernichten.
- Mit Eintrag in die Trainingsliste bestätigt das Mitglied gleichzeitig sein Einverständnis für die geltenden Hygienevorschriften und dass er frei von den beschriebenen Symptomen ist.
- Die Teilnahme am Training ist freiwillig und erfolgt auf eigene Gefahr.

#### **ANKUNFT UND ABFAHRT**

- Alle Teilnehmer\*innen kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände / in die Sporthalle oder müssen sich direkt am Sportplatz / in der Sporthalle umziehen.
- Verlassen der Sportstätte möglichst direkt nach dem Training.
- Beim Betreten und Verlassen sind Rudelbildung zu vermeiden. Die Hallenöffnung und Hallenschließung sind entsprechend zu organisieren.
- Das Betreten und Verlassen der Sportstätten ist nach Möglichkeit über eine separate Wegführung zu gewährleisten.

#### **AUF DEM SPORTPLATZ / IN DER SPORTHALLE**

- Generell ist das Trainieren im Freien aus dem Sportplatz dem Training in der Halle vorzuziehen.
- Bildungen von kleineren Gruppen im Training sind zu empfehlen, im Optimalfall kommen sie bei jeder Trainingseinheit in der gleichen Zusammensetzung zusammen.
- Eine pauschale Richtgröße der Kleingruppen kann nicht gegeben werden, sie richtet sich nach den Gegebenheiten und der Anzahl der Trainer\*innen. Hier können individuelle Lösungen gefunden werden.
- Nutzung und Betreten des Sportgeländes / der Sporthalle ausschließlich nur zum Zwecke des Trainings.
- Die Nutzung von Duschen und Umkleiden am Sportplatz / in der Sporthalle ist untersagt.
- Der Zugang zur Toilette und einem Waschbecken mit Seife muss gewährleistet sein.
- Die Türen und Fenster der Sporthalle sollen witterungsabhängig geöffnet bleiben um das Risiko einer Schmierinfektion zu minimieren und eine geeignete Lüftung zu ermöglichen.
- Zuschauende Begleitpersonen sind beim Training nicht zu empfehlen und möglichst zu vermeiden. (Achtung: Zuschauer zählen auch mit. Die Anzahl der Teilnehmende muss im Training um die Anzahl der Zuschauer reduziert werden.)

**Ausnahme:** Sofern Unterstützung der Trainingseinheiten im Kinder- und Jugendbereich von einem Elternteil / Erziehungsberechtigten erforderlich ist, darf dieser am Sportgelände / in der Sporthalle anwesend sein. (Auch hier gilt: Die Gesamtzahl pro Trainingsgruppe darf 25 Personen nicht überschreiten)

## **HYGIENE- UND DISTANZREGELN**

- Händewaschen (mindestens 30 Sekunden und mit Seife) vor und direkt nach der Trainingseinheit. Alternativ können die Hände mit Desinfektionsmittel behandelt werden. Wenn möglich sollten die Trainingsteilnehmer ihr eigenes Desinfektionsmittel mitbringen.
- Keine körperlichen Begrüßungsrituale (zum Beispiel Händedruck) durchführen.
- Mitbringen eigener Getränkeflaschen, die zu Hause gefüllt wurden.
- Kein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.
- Abstandsregeln müssen eingehalten werden.
- Gemeinsam genutzte Sportgeräte sollen in regelmäßigen Abständen, spätestens am Ende der Trainingseinheit, mit einem fettlösenden Reinigungsmittel gereinigt oder desinfiziert werden. (Durch die Zerstörung der Fetthülle des Covid-Erregers mittels Seifenlauge ist eine gründliche Reinigung zur Infektionsprophylaxe ausreichend)
- Auch die Toiletten sollten in regelmäßigen Abständen gereinigt oder desinfiziert werden.
- Weitere Hygienetipps erhalten sie unter folgendem Link:  
<https://www.infektionsschutz.de/>

## **SPORTARTSPEZIFISCHE HINWEISE UND ERGÄNZUNGEN**

### **Turnen und Leichtathletik/Fitness**

- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe
- Nach Möglichkeit eigene Matte oder zumindest ein großes Badetuch mitbringen und über die Matte legen
- Wenn möglich eigene Kleingeräten nutzen oder nur mit eigenem Körpergewicht trainieren. Fremde Kleingeräte nach dem Gebrauch gründlich reinigen oder desinfizieren.
- Wenn möglich einzelne Kurse und Trainingseinheiten nach draußen verlegen
- Weitere Infos: [www.dtb.de](http://www.dtb.de)
- [https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DTB-UEbergangsregeln\\_Wiedereinstieg\\_DTB-Sportarten\\_20200616.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DTB-UEbergangsregeln_Wiedereinstieg_DTB-Sportarten_20200616.pdf)
- [https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/2020\\_07\\_13\\_DLV\\_Voraussetzungen\\_Vereinsport\\_Wettkampfbetrieb\\_Corona\\_Aktualisierung\\_II\\_EF.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/2020_07_13_DLV_Voraussetzungen_Vereinsport_Wettkampfbetrieb_Corona_Aktualisierung_II_EF.pdf)

### **Tischtennis**

- Um das Ansteckungsrisiko zu reduzieren und die Abstandsregelungen einzuhalten darf sich auf jeder Spielfeldhälfte nur ein Spieler\*in befinden.
- Doppelspiele sind nicht möglich, ebenso wenig wie Balleimertraining oder Robotertraining.

- Auf Rituale wie Abreiben des Tisches mit der Hand oder Ballanhauchen etc. muss verzichtet werden.
- Sollten Schläger gemeinsam genutzt werden, sind diese vor der Weitergabe gründlich zu reinigen oder zu desinfizieren, ebenso die Tischtennisplatten (Seifenlauge).
- Weitere Infos: <https://www.tischtennis.de/news/corona-empfehlungen-zum-vereinsbasierten-sporttreiben-im-tischtennis.html>

## **Volleyball**

- Abstand von 1-2 Metern vom Netz muss eingehalten werden
- Keine direkten Ballaktionen oberhalb der Netzkante am Netz
- Übungsformen wählen, die Kollisionen vermeiden.
- Weitere Informationen: [www.volleyball-verband.de/?proxy=redaktion/Dokumente/News/2020/20200508\\_Uebergangsregeln\\_DVV.pdf](http://www.volleyball-verband.de/?proxy=redaktion/Dokumente/News/2020/20200508_Uebergangsregeln_DVV.pdf)

Limbach, 31.08.2020

Für den Vorstand  
Martina Reith

Vorsitzende

TV 06 Limbach e.V.