

Wiederaufnahme des Sportbetriebes

Hygiene- und Schutzregeln:

Vor der Aufnahme des Übungsbetriebes und vor dem Betreten der Sportanlage:

Die Vereinsmitglieder, Sportlerinnen werden von den Übungsleiterinnen auf folgende Punkte hingewiesen:

- Bei Vorliegen von Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung jeglicher Schwere oder von Fieber ist das Betreten der Sportanlage untersagt.
- Die Nutzer von Sportanlagen halten das Abstandsgebot von mindestens 1,5 Metern ein und desinfizieren die Hände bzw. reinigen sie mit Seife und fließendem Wasser. Die Nichteinhaltung der Abstandsregel ist nur den Personen gestattet, für die im Verhältnis zueinander die allgemeine Kontaktbeschränkung nicht gilt (z. B. Personen des eigenen Hausstands).
- Außerhalb des Trainings in geschlossenen Räumlichkeiten, insbesondere beim Durchqueren von Eingangsbereichen, bei der Entnahme und dem Zurückstellen von Sportgeräten, sowie in Sanitärbereichen (WC-Anlagen), haben alle eine geeignete Mund–Nasen-Bedeckung zu tragen.

Ausgenommen ist es bei der Ausübung der sportlichen Aktivität.

Es können nur Personen das Training aufnehmen, die die folgenden Bedingungen erfüllen (gilt für jedes Training):

- Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV -Infektion (Husten, Halsweh, Fieber/erhöhte Temperatur ab 38° C, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen).
- Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen.
- In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet worden ist.

!!! Vor dem Sporttreiben von Personen der Hochrisikogruppen (z.B. Senioren, Vorerkrankte, etc.) ist wegen der hohen Gefährdung dringend eine individuelle Einschätzung nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt zu empfehlen. Bestehen irgendwelche Unsicherheiten, sollte auf die Teilnahme am Gruppentraining verzichtet werden und alternativ eine risikofreie, individuelle Aktivität gewählt werden.

Es muss kontaktlos trainiert werden.

Jede Übungseinheit ist auf 60 Minuten begrenzt.

Hygieneschutzkonzept

für den Verein



DJK Pleinfeld e.V.

Stand: 17.06.2020

Generelle Sicherheits- und Hygieneregeln:

- Wir weisen unsere Mitglieder auf den **Mindestabstand von 1,5 Metern** zwischen Personen im In- und Outdoorbereich hin.
- **Jeglicher Körperkontakt** (auch bei Begrüßung, Verabschiedung, etc.) ist untersagt.
- Mitgliedern, die Krankheitssymptome aufweisen, wird das **Betretten der Sportanlage und die Teilnahme am Training untersagt**.
- Mitglieder werden regelmäßig darauf hingewiesen, **ausreichend Hände zu waschen** und diese auch regelmäßig zu desinfizieren. Für ausreichende Waschgelegenheiten, Flüssigseife und Einmalhandtücher ist gesorgt.
- Vor und nach dem Training (z. B. Eingangsbereiche, WC-Anlagen, Abholung und Rückgabe von Sportgeräten etc.) gilt eine **Maskenpflicht** – sowohl im Indoor- als auch im Outdoor-Bereich.
- Durch die **Benutzung von Handtüchern und Handschuhen** wird der direkte Kontakt mit Sportgeräten vermieden. Die Teilnehmer werden gebeten, eigene Handtücher mitzubringen.
- In den sanitären Einrichtungen stehen **ausreichend Seife und Einmalhandtücher** zur Verfügung. Nach Nutzung der Sanitäranlage ist diese unmittelbar und direkt vom Nutzer zu desinfizieren.
- Sportgeräte werden von den Sportlern **selbstständig gereinigt und desinfiziert**. Hoch frequentierte Kontaktflächen (z. B. Türgriffe) werden nach Ende einer Übungseinheit desinfiziert. Hierbei wird vor Beginn der Übungseinheit geregelt, wer die Reinigung übernimmt.
- Die Indoorsportanlagen werden **alle 60 Minuten so gelüftet**, dass ein vollständiger Frischluftaustausch stattfinden kann. Dazu werden die zur Verfügung stehenden Lüftungsanlagen verwendet.
- Trainieren auf einem Platz/in der Halle mehrere Trainingsgruppen gleichzeitig, so sind hier **Markierungen angebracht**, die eine deutliche Trennung der Trainingsgruppen kennzeichnet, sodass auch zwischen den Gruppen ein ausreichender Sicherheitsabstand gewährleistet ist.
- **Geräteräume** werden nur einzeln und zur Geräteentnahme und -rückgabe betreten. Sollte mehr als eine Person bei Geräten (z. B. großen Matten) notwendig sein, gilt eine Maskenpflicht.
- Unsere Mitglieder werden darauf hingewiesen, auf **Fahrgemeinschaften** weiterhin zu verzichten. Ausgenommen hiervon sind Angehörige des eigenen Hausstandes, Lebenspartner, Verwandte gerader Linie, sowie Angehörige eines weiteren Hausstandes.
- Die Anreise erfolgt bereits in Sportkleidung.
- Während der Trainings- und Sparteinheiten (inkl. bei Wettkämpfen) sind **Zuschauer untersagt**.
- **Verpflegung sowie Getränke** werden von den Mitgliedern selbst mitgebracht und auch selbstständig entsorgt.

Maßnahmen vor Betreten der Sportanlage:

- Die Mitglieder bestätigen mit ihrer Unterschrift, dass sie die Bedingungen zur Teilnahme (keine Krankheitssymptome, kein Kontakt zu SARS-CoV positiv getesteten Personen, Kenntnis der Hygienemaßnahmen, Einhalten der Abstandsvorgaben, ...) **erfüllen**.
- Vor Betreten der Sportanlage werden die Mitglieder bereits auf die Einhaltung des **Mindestabstands von 1,5 Metern** hingewiesen. Eine Nichteinhaltung des Mindestabstands von 1,5 Metern ist nur den Personen gestattet, die generell nicht den allgemeinen Kontaktbeschränkungen unterzuordnen sind (z. B. Ehepaare).
- Vor Betreten der Sportanlage werden **Eingangs- und Ausgangsregelungen** erläutert. Die Teilnehmer halten die vorgegebenen Wegemarkierungen ein (Pfeile oder Zeichen).
- Vor Betreten der Sportanlage wird ein **Handdesinfektionsmittel** bereitgestellt.

Zusätzliche Maßnahmen im Outdoor Sport

- Es wird sichergestellt, dass es zu keinen Warteschlangen kommt und die maximale Belegungszahl der Sportanlage nicht überschritten werden kann.
- Sämtliche Gruppeneinteilungen innerhalb von Trainingseinheiten werden **dokumentiert**, um im Falle einer Infektion eine Kontaktpersonenermittlung sicherstellen zu können. Aus diesem Grund werden die Trainingsgruppen auch immer gleich gehalten.
- Die Ausübung des Sports erfolgt in allen Sportarten (Ausnahme: Tanzen) grundsätzlich **kontaktlos** und unter Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 Metern. Je nach Intensität der Bewegung ist (wegen der erhöhten Luftbewegung) der Abstand zu vergrößern. Empfohlen wird ein **Platzbedarf von 20qm** pro Üübendem.
- Sämtliche **Duschen und Umkleiden bleiben geschlossen**.
- Zur Verletzungsprophylaxe wird die Intensität der Sporteinheit an die Gegebenheiten (längere Trainingspause der Teilnehmenden) angepasst.
- Nach **Abschluss der Trainingseinheit** verlassen die Teilnehmer unmittelbar das Sportgelände nach den vorgegebenen Regeln.

Ort, Datum

Unterschrift Vorstand