

Empfehlungen zur Durchführung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Leitfaden für Trainer*innen und Übungsleiter*innen (ÜL/TR) des TuS Weddinghofen 1959 e.V.



Stand: 11.08.2020

Allgemeine Rahmenbedingungen zum Sportbetrieb:

- Eine Einweisung in die Hygienebestimmungen des Vereins ist erfolgt.
- In einem Reinigungs- und Desinfektionsplan ist geregelt, wer für die Hygiene in den genutzten Räumlichkeiten/Flächen zuständig ist.
- Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben angepasst/verkleinert. Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 10m² pro Teilnehmendem.
- Für das Training im Kontaktsport ist die max. Gruppengröße von 30 Personen drinnen und draußen vorgeschrieben. Trainer*innen oder Übungsleiter*innen (im Weiteren ÜL/TR) zählen dazu; es sei denn, sie halten strikt Abstand zur Gruppe (auch vor/nach der Trainingseinheit). Die Gruppen dürfen sich nicht mischen!
- Die Sporeinheiten sollten möglichst in gleichbleibender Besetzung stattfinden (fester Teilnehmerkreis).
- Zur Verletzungsprophylaxe sollte die Intensität der Sporeinheit an die Gegebenheiten (längere Trainingspause der Teilnehmenden/Athlet*innen) angepasst werden.
- Mund-Nasen-Schutzmasken und Einmalhandschuhe sollten in ausreichender Menge (ggf. beim Verein) vorrätig sein.
- Anwesenheitslisten (Name, Anschrift, Telefon-Nr.) sollten für die einfache Rückverfolgbarkeit (auch von Zuschauern) vorbereitet werden. Ein Muster zur Erfassung der Daten finden sich in den FAQs.

Vor der Trainingseinheit - Checkliste:

- Bei jeglichen Krankheitssymptomen ist ÜL/TR das Betreten der Sportstätte, die Leitung der Sporeinheit sowie die Teilnahme an sonstigen Vereinsangeboten untersagt. Eine Information an den Verein und die Teilnehmenden muss umgehend erfolgen.
- Jede*r Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung sowie vor Beginn der Sporeinheit bestätigen:
 - Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
 - Vor und nach der Sporeinheit muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
 - Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten.
- Die ÜL/TR und Teilnehmenden reisen individuell und möglichst bereits in Sportbekleidung zur Sporeinheit an. Es sollte darauf hingewiesen werden auf Fahrgemeinschaften zu verzichten.
- Jede*r Teilnehmende bringt eigene Handtücher und Getränke zur Sporeinheit 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.
- Zwischen den Sporeinheiten sollte eine Pause von mindestens 10 Minuten vorgesehen werden, um Hygienemaßnahmen durchzuführen, einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen und die Räumlichkeit/Trainingsfläche hallenspezifisch zu lüften.
- Jegliche Körperkontakte, z. B bei der Begrüßung müssen unterbleiben.
- Die Teilnehmenden werden vor jeder Sporeinheit auf die geltenden Verhaltensmaßnahmen/Hygienevorschriften hingewiesen.
- Die ÜL/TR führen Anwesenheitslisten, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
- Die ÜL/TR reinigen und desinfizieren sämtliche bereitgestellten Sport-geräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen). Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.

- Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.

Allgemeine Regeln während der Trainingseinheit - Checkliste:

- 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.
- Max. 300 Gästen und Zuschauer*innen ist der Zutritt zur Sportstätte gestattet. Es ist zu berücksichtigen, dass ggf. viel weniger Aktive in oder auf der Sportstätte aktiv sein dürfen, wenn die Abstandsregeln sonst nicht eingehalten werden können. Bezüglich der Anzahl von Zuschauern werden die jeweiligen Vorgaben der Stadt Bergkamen beachtet.
- 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.
- Es werden keine Speisen oder Getränke ausgegeben.

Während der Trainingseinheit mit Gruppen ohne Körperkontakt - Checkliste:

- Die ÜL/TR gewährleisten, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sporeinheit möglichst eingehalten wird.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität ist es ratsam, den Mindestabstand großzügig auszulegen.
- Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporeinheit unterbleiben.
- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.
- Auch in Geräteräumen sind die Abstände von 1,5 Metern einzuhalten.

Während der Trainingseinheit mit Gruppen mit Körperkontakt - Checkliste:

- Die maximale Zahl der Teilnehmer*innen einer Trainingsgruppe beträgt 30 Personen drinnen und draußen.
- Werden größere Trainingsgruppen in 30-er Gruppen unterteilt, so dürfen diese keinen Kontakt untereinander haben.
- ÜL/TR zählen dann zur 30-er-Trainingsgruppe, wenn sie aktiv am Sport-betrieb teilnehmen (Mitspieler*in/Hilfestellungen).
- ÜL/TR zählen nicht zur 30-er Trainingsgruppe, wenn sie stets ausreichend Abstand wahren.

Nach der Trainingseinheit - Checkliste:

- Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporeinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln.
- Nach Beendigung des Angebotes muss der Mund-Nasen-Schutz wieder angelegt werden.
- Die ÜL/TR reinigen und desinfizieren sämtliche genutzten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen).
- Die ÜL/TR lüften die genutzten Räumlichkeiten/Trainingsflächen.
- Die Kontakte unter den Trainer*innen/Übungsleiter*innen werden auf ein Mindestmaß reduziert und dokumentiert; Abstands- und Hygieneregeln sind einzuhalten.

Vor, während und nach dem Wettbewerb - Checkliste:

- Die ÜL/TR sind in die Hygiene- und Infektionsschutzregeln eingewiesen.
- Die ÜL/TR prüft, ob die Vorgaben für den jeweiligen Wettbewerb umgesetzt sind.
- Der/die Verantwortliche für die Durchführung des Wettbewerbes stellt sicher, dass auch alle Zuschauer über die Hygiene- und Infektions-schutzmaßnahmen informiert sind.
- Der/die Verantwortliche für das Führen von TN-Listen für Zuschauer*innen organisiert die erforderlichen Maßnahmen zur Erfassung der Daten unter Einhaltung der Abstandsregeln.
- Prüfen, ob die Vorgaben auch für die Sanitären Einrichtungen umgesetzt sind.