



Folgende Vorgaben sind für den Sportbetrieb einzuhalten!

### 1. Distanzregeln einhalten

- Zwischen allen Beteiligten (Trainer/Übungsleiter und Mitglied) ist immer mindestens ein Abstand von 1,5 Metern einzuhalten.
- Zuschauer (Eltern usw.) dürfen während der Trainingseinheit nicht den Platz oder die Halle betreten.

### 2. Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

- Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen ist nicht erlaubt.
- Es sind keine Spielformen erlaubt (Abschlusspiel, Trainingsformen, Freundschaftsspiele, usw.) die den Mindestabstand nicht zulassen.

### 3. Trainingsgruppen verkleinern

- Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.
- Gruppen dürfen eine Größe von nicht mehr als 5 Personen haben.
- Im Fitness-Bereich sollten nicht mehr als 15 Teilnehmer an einem Kurs teilnehmen.
- Das Team beim Training in mehrere Gruppen aufteilen (Wahrung des Mindestabstands)

### 4. Umkleiden und Duschen zu Hause

- Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird ausgesetzt.
- Die Kabinen und Duschen bleiben zugeschlossen.
- Umziehen ist nur außerhalb möglich (Abstand beachten)

### 5. Hygieneregeln einhalten

- Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren.
- Trainingsleibchen dürfen innerhalb des Trainings nicht an andere Personen weitergegeben werden und sind nach Abschluss des Trainings gesammelt zu waschen.

- Materialien sind nach der Nutzung zu desinfizieren. Desinfektionsmittel steht zur Verfügung.

## **6. Angehörige von Risikogruppen besonders schützen**

- Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.
- Von Euch ist zu klären, welches Mitglied evtl. darunter fällt und ggf. mit ihm ein Individualtraining zu erarbeiten.
- Mitglieder, die Symptome wie Erkältung, Husten und Fieber haben, dürfen nicht am Sportbetrieb teilnehmen! Sofern ein Übungsleiter diese bei einem Mitglied feststellt, ist dem Mitglied die Teilnahme zu untersagen. Einen Kontakt zur Gruppe oder anderen Mitgliedern darf es nicht geben. Sollte ein Übungsleiter betroffen sein, bitten wir um sofortige Information.

Die Teilnahme ist erst wieder ohne Symptome möglich!

## **7. Kommunikation**

- Sollte in Euren Mannschaften/Kursen ein Fall mit Corona-Infizierung auftreten, so ist sofort der Abteilungsleiter zu informieren. Es wird dann das weitere Vorgehen geregelt.

Sollten diese Vorgaben nicht eingehalten werden, werden wir den Sportbetrieb wieder einstellen müssen.

Geschäftsstelle  
Anja Martens

14.05.2020