



## Hygienekonzept zu Coronavirus SARS-CoV-2

Erstellt von Elke Jung, Fachkraft für Arbeitssicherheit  
Wiltrud Rabenau und Carmen Leidner  
Lutz Wagner

### **Vorwort**

Die Corona (SARS-CoV-2) -Pandemie trifft das gesellschaftliche sowie wirtschaftliche Leben gleichermaßen, Beschäftigte und Nichtbeschäftigte. Diese Pandemielage ist eine Gefahr für die Gesundheit einer unbestimmten Zahl von Personen und zugleich für die öffentliche Sicherheit und Ordnung. Sie hat erhebliche Auswirkungen auf das Leben jedes Einzelnen und betrifft alle wirtschaftlichen Aktivitäten und damit die ganze Arbeits- und Freizeitwelt.

Den Rahmen, in dessen Grenzen der Vereinssport wieder aufgenommen werden kann, regelt die "Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung" Hessen (aktuell vom 7. Mai 2020). Die Verordnung tritt am 9. Mai 2020 in Kraft und gilt bis zum 5. Juni 2020. Neben dieser Verordnung hat das Hessische Ministerium des Innern und für Sport (HMdIS) weitere Regelungen und Auflagen im Rahmen eines Erlasses veröffentlicht.

Zum 10.06.2020 wurden aktualisierte Regelungen zum Wiedereinstieg in den Trainingssport erlassen.

Ergänzende Unterlagen / Anlagen:

- Reminder zum Abstandhalten
- Information für Teilnehmende (Checkliste)

### **1. Maßnahmenkonzept**

Die Verantwortung für die Umsetzung notwendiger Infektionsschutzmaßnahmen trägt der Verein. Ziel ist die Verhinderung von Infektionen. Der Schutz von Risikogruppen ist zu gewährleisten. Eine Kommunikation der Handlungsempfehlungen mit Übungsleitern und Trainierenden wird sichergestellt.

### **2. Abstandhalten**

Die Trainierenden müssen ausreichend Abstand zu anderen Personen halten.

#### **Maßnahmen**

- Ein Abstand von mindestens 4 bis 5 Metern zu allen anderen Personen ist bei Bewegung nebeneinander in die gleiche Richtung einzuhalten.

- Da das Infektionsrisiko im Windschatten am größten ist, ist ein nebeneinander oder versetztes Trainieren zu empfehlen.
- Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.
- Die Teilnehmenden werden zum Abstandhalten im Falle von Wartezeiten sensibilisiert.
- Je nach Gegebenheiten wird empfohlen pro 20 bis 40 qm für nicht mehr als eine Person (indoor).
- Mannschaftssportarten, bei denen sich maximal zehn Sportlerinnen oder Sportler auf einem gemeinsamen Spielfeld befinden, sind damit ab 11. Juni zulässig. Schiedsrichter oder Wettkampfrichter sowie Auswechselspieler werden nicht in die Personenzahl mit eingerechnet, sofern diese stets mindestens 1,5 m Abstand halten.
- Bei Gruppenwechsel ist genügend Zeit einzuplanen, sodass sich die Gruppen nicht treffen.
- Eine Zeit von 15 Minuten zwischen den Gruppen mit gründlicher Durchlüftung des Raumes.
- Wenn möglich sind getrennte Ein- und Ausgänge zu nutzen.
- Körperkontakte sind zu vermeiden durch Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe.
- Korrekturen zur Übungsausführung durch Trainer/innen erfolgen nur mündlich.
- Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen sind zu vermeiden.
- Freiluftaktivitäten sind zu präferieren. Sie erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch.
- Kein Ausdauertraining in geschlossenen Räumen.
- Laufgruppen, Wandergruppen, Nordic-Walking Gruppen etc. können sich treffen und ihren Sport ausüben - wenn sie mindestens 1,5 Meter Abstand halten. Eine Gruppe sollte dabei aus nicht mehr als 10 Personen bestehen.

### 3. Hygieneregeln

Die Einhaltung der Hygieneregeln ist sicherzustellen.

#### Maßnahmen

- Regelmäßig Hände mit Wasser und Seife ausreichend lange Waschen (mindestens 30 Sekunden).
- Waschgelegenheit mit Seife stehen zur Verfügung, Händewaschen vor und nach dem Training ist zu gewährleisten.
- Hust- und Niesetikette: In die Armbeuge oder in ein Taschentuch niesen oder husten und das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer entsorgen.
- Die Hände vom Gesicht fernhalten.
- Händedesinfektionsmittel sollten nur dann angewendet werden, wenn keine Möglichkeit zum Händewaschen besteht. Die Trainierenden bringen eigene Händedesinfektionsmittel mit.
- Aushänge/Reminder zu den erforderlichen Abstands- und Hygienemaßnahmen werden an den Eingängen, Garderoben, Gesellschafts- und Toiletten und Durchgängen gut sichtbar angebracht.
- Verzicht auf Übungsmaterialien zur gemeinsamen Nutzung.

- Die Teilnehmenden bringen ein großes Badetuch mit, welches sie über die Matte legen können (Matte muss komplett bedeckt sein) oder wenn möglich sollten sie ihre eigene Matte oder eigene Decken mitbringen.  
Nur persönliche Sportausrüstung und –bekleidung inkl. Badesachen wird verwendet.
- Auf die Nutzung von Kleingeräten ist möglichst zu verzichten (nur mit dem eigenen Körpergewicht trainieren).
- Sollten Kleingeräte genutzt werden und keine eigenen verfügbar sein, ist der langfristige Verleih vom Verein an Teilnehmende möglich. Für die Reinigung ist der Teilnehmende selbst verantwortlich.
- Vor jeder (Indoor)-Übungseinheit sollte gelüftet werden.
- Duschen und Umkleieräume dürfen unter Einhaltung der Abstandsregeln wieder benutzt werden. Dies bedeutet im Sportheim Langsdorf, dass Dusche, Umkleide Heim und Umkleide Gast (bei geschlossener Trennwand) von jeweils maximal nur 3 Personen benutzt werden dürfen. Im großen Gastraum (bei geöffneter Trennwand) dürfen sich maximal 14 Personen gleichzeitig aufhalten.  
Der Mindestabstand von 1,5 m sollte nicht unterschritten werden.  
Duschen und Umkleieräume sind nach Benutzung gründlich zu lüften.
- Die Gastronomiebereiche bleiben geschlossen, ebenso wie die Garderoben, Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume. Der Verkauf oder die Ausgabe von Getränken im Sportheim wird nicht gestattet.
- Ist der Abstand nicht zu gewährleisten, z.B. bei Teambesprechungen, sind alternative Maßnahmen, insbesondere das Tragen von Mund-Nase-Bedeckungen, zu treffen.

## 4. Sportstätten

Ausreichende Reinigung und Hygiene der Sportstätten ist vorzusehen, ggf. sind die Reinigungsintervalle anzupassen. Zur Vermeidung von Infektionen trägt auch das regelmäßige Reinigen von Türklinken und Handläufen bei.

### Maßnahmen

- Im durch den Verein zu erstellenden Konzept zur Durchführung der Übungs- und Trainingsstunden ist eine verbindliche Aussage, dass auf Regressansprüche gegenüber der Stadt Lich, für den Fall, dass sich eine Infektion in einer städtischen Liegenschaft / Gemeinschaftseinrichtung nachweisen lässt, verzichtet wird, aufzunehmen. (s. Regelungen zur Nutzung der Liegenschaften/Gemeinschaftseinrichtungen der Stadt Lich v. 19.05.2020)

## 5. Trainingsgruppengröße

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen.

### Maßnahmen

- Trainingsgruppen verkleinern und feste Trainingsgruppen bilden.
- Nicht mehr als zehn Personen pro Gruppe (anhängig vom Platzangebot). Bei Berücksichtigung der vorgegebenen 20 bis 40 qm pro Person für die Nutzung der Volkshalle bedeutet dies, dass maximal 10-12 Personen trainieren können (Volkshalle).

- Personen aus einem Haushalt (Eheleute, Eltern mit Kindern) sollten zusammen trainieren.
- Feste Zuordnungen der Übungsleiter\*innen zu den Trainingsgruppen sind vorzunehmen.
- Mannschaftssportarten (Fußball) können mit bis zu 10 Personen auf dem Spielfeld trainiert werden (siehe Pkt. 2 Abstandhalten).

## 6. Risiken in allen Bereichen minimieren

Wenn möglichen Risiken der Teilnahme ein einem Angebot nicht klar einzuschätzen sind, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

### Maßnahmen

- Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten sind zu führen. (Angaben: Datum, Ort und Uhrzeit sowie TN Name, Anschrift, Telefon, Name des Übungsleiters)
- Nur wer in eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von Atemwegssymptomen (Fieber, Husten) ist, darf am Training teilnehmen.
- Angehörige von Risikogruppen sind besonders zu schützen. Für diese Personengruppe ist geschütztes Individualtraining zu empfehlen.
- Personen, bei denen COVID 19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Zeugnis wieder am Training teilnehmen.

## 7. Zutritt gruppen- oder vereinsfremder Personen

Der Zutritt gruppen- oder vereinsfremder Personen ist zu beschränken.

### Maßnahmen

- Die Sportstätte sollte nur von Sportlern und Sportlerinnen betreten werden, Begleitpersonen sind zu vermeiden, bzw. auf ein Minimum zu begrenzen.
- Beim Abholen sind die Mindestabstände von 2 m einzuhalten.
- Maskenpflicht für Eltern, wenn Abstände beim Abholen nicht eingehalten werden können.
- Hinweise auf Hygieneregeln sind zu geben.
- Zutritt von Eltern und andere gruppen- oder vereinsfremder Personen wird dokumentiert. Die Dokumentation erfolgt jeweils durch die zuständigen Übungsleiter.

## 8. Unterweisung und aktive Kommunikation

Über Hygiene und Schutzmaßnahmen ist eine umfassende Kommunikation im Verein sicherzustellen.

### Maßnahmen

- Informationen auf Vorstandebene
- Hygienekonzept an den Sportstätten (Sportheim und Volkshalle) aushängen
- Info für Teilnehmende
- Checkliste für Übungsleiterinnen

## 9. Coronabeauftragter des TV Langsdorf 1903 e.V.:

Lutz Wagner (Präsidiumsmitglied), Tel. 06404-661298