



## Hygienekonzept zu Coronavirus SARS-CoV-2

für Übungsstunden in der Volkshalle Langsdorf (V6 Stand 27.09.2021)

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 (vom 7. Mai 2020, zuletzt geändert am 20. Juli 2020). Seit dem 16. September 2021 gelten in Hessen neue Corona-Regelungen, der überarbeiteten Coronavirus-Schutzverordnung (CoSchuV). Aktuell ist der Freizeit- und Amateursport auf und in allen öffentlichen und privaten Sportanlagen vollumfänglich und unabhängig von der Personenzahl erlaubt. Auch der Betrieb der Vereins- und Versammlungsstätten ist möglich. Neben dieser Verordnung hat das Hessische Ministerium des Innern und für Sport (HMdIS) weitere Regelungen und Auflagen im Rahmen eines Erlasses veröffentlicht.

Dieses Hygienekonzept bezieht sich auch auf die „Aktuellen Empfehlungen für den Sportbetrieb“ des Hessischen Turnverbandes vom 3. August 2020.

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

- Bei allen Sportangeboten die in geschlossenen Räumen stattfinden gilt die 3G-Regel (genesen, geimpft, negativ getestet) für alle Personen über 12 Jahre: Eine Teilnahme an Trainingsbetrieb ist nur für Personen möglich, die entweder geimpft, genesen oder negativ getestet (Antigentest nicht älter als 24 Stunden, PCR Test nicht älter als 48 Stunden) sind.
- Alle Übungsleitenden und Trainer/innen erfüllen die 3G Regel

- Insbesondere Fieber, Husten und Atemnot können Anzeichen für eine Infektion mit dem Corona- Virus sein. Personen mit entsprechenden Symptomen können nicht an den Angeboten des TV Langsdorf teilnehmen und sind aufzufordern, das Übungsgelände umgehend zu verlassen bzw. zuhause zu bleiben.
- In den Sporträume ist für einen ausreichenden Luftaustausch zu sorgen. Eine Fensterlüftung muss vor Beginn der Trainingseinheit und dann regelmäßigen Abständen erfolgen. Die freie Lüftung von Räumen kann durch eine kontinuierliche Lüftung (z. B. gekippte Fenster) unterstützt werden.
- Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.
- Die Teilnehmenden sollten möglichst bereits in Sportkleidung in den Umkleidebereich kommen.
- Beim Eltern-Kind-Turnen sollte nur ein Elternteil pro Kind anwesend sein.
- Die Teilnehmenden werden zum Abstandhalten in Falle von Wartezeiten sensibilisiert.
- Eine Zeit von 15 Minuten zwischen den Gruppen mit gründlicher Durchlüftung des Raumes ist zu berücksichtigen.
- Es wird empfohlen eine räumliche Gegebenheit in der Übungsstunde pro Person von mindestens 10 qm vorzuhalten (indoor).
- Partnerübungen sind erlaubt, sollten jedoch auf ein Minimum reduziert werden.
- Sport und Bewegung sollten möglichst kontaktfrei durchgeführt werden. Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen sind zu vermeiden.
- Korrekturen zur Übungsausführung durch Trainer/innen dürfen auch taktil erfolgen, sollten jedoch auf ein Minimum begrenzt werden. Taktile Hilfestellungen beim Kinder- und Gerätturnen sind erlaubt.
- Ein Geräteauf- und Abbau ist zu organisieren und mit möglichst wenigen Personen vorzunehmen, um dabei die Abstandsregeln einzuhalten.
- Laufgruppen, Wandergruppen, Nordic-Walking Gruppen etc. können sich treffen und ihren Sport ausüben - wenn sie mindestens 1,5 Meter Abstand halten.
- Freiluftaktivitäten sind zu präferieren. Sie erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch.
- Beim Laufen oder langsamen Radfahren sollten 10m und bei höherem Tempo 20m Abstand zur vorderen Person eingehalten werden.

### 3. Hygieneregeln

Die Einhaltung der Hygieneregeln ist sicherzustellen.

#### Maßnahmen

- Waschgelegenheit mit Seife steht zur Verfügung, Hände mit Wasser und Seife ausreichend lange waschen, vor und nach den Übungsstunden im Umkleidebereich.
- Bitte eigene Handtücher mitbringen.
- Händedesinfektionsmittel sollten nur dann angewendet werden, wenn keine Möglichkeit zum Händewaschen besteht. Die Trainierenden bringen eigene Händedesinfektionsmittel mit.
- Hust- und Niesetikette: In die Armbeuge oder in ein Taschentuch niesen oder husten und das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer entsorgen.
- Aushänge / Reminder zu den erforderlichen Abstands- und Hygienemaßnahmen werden an den Eingängen, Garderoben und Toiletten und Durchgängen gut sichtbar angebracht .

- Die Teilnehmenden bringen ein großes Badetuch mit, welches sie über die Gymnastikmatte legen können (Matte muss komplett bedeckt sein) oder wenn möglich sollten sie ihre eigene Matte oder eigene Decken mitbringen.
- Sofern mehrere Kleingeräte in der Einheit genutzt werden, dann nur einmal pro Gruppe und pro Woche (Verwendungsplan erstellen).
- Sollten Kleingeräte öfters genutzt werden, ist der langfristige Verleih des Vereins an Teilnehmende möglich (sofern keine eigenen verfügbar sind). Für die Reinigung ist der Teilnehmende dann selbst verantwortlich.
- Vor jeder Übungseinheit sollte ausreichend gelüftet werden.
- Nach jeder Trainingsstunde werden Materialien mit reinigungsfreundlicher Oberfläche (z.B. Sprossenwände, Weichböden, Kästen, Reck, Barren mit einem Reinigungsmittel behandelt.
- Die Nutzung von Toiletten, Umkleiden und Duschen in Sportvereinen ist nur mit dem nötigen Abstand von 1,5 m möglich.
- Ist der Abstand nicht zu gewährleisten, z.B. bei Teambesprechungen, sind alternative Maßnahmen, insbesondere das Tragen von Mund-Nase-Bedeckungen, zu treffen.

## 4. Sportstätten - Vereinsheim

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

- In Innenräumen gastronomischer Einrichtungen, Vereinsheim ist bei der Bedienung von Gästen, bei der Abholung von Speisen und Getränken oder als Gast bis zur Einnahme eines Sitzplatzes eine medizinische Maske zu tragen. Gäste dürfen zur Abholung von Speisen oder Getränken an Selbstbedienungskiosken oder Buffets den Sitzplatz verlassen. Hierbei ist eine medizinische Maske zu tragen. Der Verzehr der Speisen oder Getränke ist ausschließlich am Sitzplatz erlaubt.
- Die Abläufe bei der Nutzung des Vereinsheims sind so zu gestalten, dass zwischen Personen ein Abstand von mind. 1,50 m eingehalten wird. Dies gilt für alle betrieblichen Bereiche einschließlich der Verkehrswege, Sanitär- und Pausenräume.
- Abstand zwischen Gästen und Beschäftigten einhalten durch ausreichend breite Tresen. Anbringen von Markierungen am Boden zur Einhaltung des Abstands z. B. an Bestell- und Verkaufstheken, Rezeptionen
- Für eine ausreichende Frischluftzufuhr ist zu sorgen, d.h. eine regelmäßige Stoßlüftung aller Räume mindestens alle 30 Minuten ist sicherzustellen.
- Besprechungsräume sollten mindestens alle 20 Minuten zwischen 3 Minuten (im Winter) und 10 Minuten (im Sommer) gelüftet werden.
- 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 festen 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, die auch in den kommenden Wochen beibehalten werden.
- Bei Berücksichtigung von 10 qm pro Person für die Nutzung der Volkshalle bedeutet dies, dass maximal 20 Personen gemeinsam trainieren können.
- Personen aus einem Haushalt (Eheleute, Eltern mit Kindern) sollten zusammen trainieren.
- Die vereinzelte Teilnahme von nicht angemeldeten Sportler\*innen ist zu vermeiden.
- Feste Zuordnungen der Übungsleiter\*innen zu den Trainingsgruppen sind vorzunehmen.

## 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, Schnupfen, 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.
- Zutritt vom Eltern und andere gruppen- oder vereinsfremder Personen wird dokumentiert. Die Dokumentation erfolgt jeweils durch die zuständigen Übungsleiter.
- Beim Bringen und Abholen sind die Mindestabstände von 2 m einzuhalten.
- Maskenpflicht für Eltern u.a., wenn Abstände beim Abholen nicht eingehalten werden können.
- Hinweise auf Hygieneregeln sind zu geben.

## 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