

Vereinskonzeption Dance and Sports Mengerschied e.V. zur Wiederaufnahme des Vereinssports



I. Hygienekonzept für den Sport auf Außenanlagen

Die allgemeinen Hygiene- und die geltenden Abstandsregeln sind jederzeit einzuhalten. Das geltende Abstandsgebot und die geltende Kontaktbeschränkung werden gewährleistet durch die folgenden Maßnahmen:

1. Abstand halten

- 1.1. Der Trainings- und Wettkampfbetrieb ist in festen Kleingruppen von insgesamt bis zu 30 Personen auch in Kontaktsportarten zulässig. Körperkontakte sind auf ein Minimum zu reduzieren.
- 1.2. Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,5 m) ist immer einzuhalten, sowohl beim Betreten als auch Verlassen des Sportgeländes. Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft und diese weitreichender in den Raum hinein ventiliert wird, sind während des Trainings grundsätzlich 2,0 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten.
- 1.3. Bei Sportarten, die zu verstärktem Aerosolausstoß führen, ist ein Abstand von 3,0 m zu anderen Personen einzuhalten. Ggf. ist die Personenzahl auf dem Gelände zu begrenzen (siehe Konzeption der Trainingsgruppen für den Sport auf Außenanlagen).
- 1.4. Die Ablage des Equipments inkl. Trinkflaschen erfolgt in einer pro Person ausgewiesenen „Zone“, diese Bereiche können z.B. mit einem Hula-Hoop-Reifen, einem Springseil o.ä. markiert werden.
- 1.5. Ggf. sind Markierungen als Orientierung anzubringen (z.B. Klebestreifen, Pylonen).
- 1.6. In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten. Die Pause muss in der ausgewiesenen persönlichen Zone verbracht werden.
- 1.7. Beim Kommen und Gehen ist ein Nasen-Mundschutz zu tragen.

2. Bereitstellung von Hygieneartikeln zur Nutzung auf der Außenanlage

- 2.1. Hand-Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt)
- 2.2. Fettlösender Haushaltsreiniger für Gegenstände, Sportgeräte, Ablageflächen etc.
- 2.3. Handschuhe für die Übungsleiter*innen

3. Regelmäßige Desinfektion der Hände

- 3.1. Beim Zutritt auf das Sportgelände
- 3.2. Nach dem Toilettengang
- 3.3. Ggf. in der Pause

4. Regelmäßige Reinigung (vor/nach jeder Trainingsgruppe)

- 4.1. Kontaktflächen sind regelmäßig mit einem fettlösenden Haushaltsreiniger zu reinigen oder mit einem mindestens begrenzt viruziden Mittel zu desinfizieren.
- 4.2. Trainingsgeräte sind nach der Benutzung mit einem fettlösenden Haushaltsreiniger zu reinigen oder mit einem mindestens begrenzt viruziden Mittel zu desinfizieren.

5. Toiletten

Es stehen keine Toiletten zur Verfügung.

6. Umkleiden und Duschräume

Umkleiden und Duschräume bleiben geschlossen. Die Trainierenden kommen bereits in Sportkleidung zum Sportgelände.

7. Organisation des Betriebs

7.1. Die Entscheidung über die Öffnung der Sportstätte obliegt dem Träger.

7.2. Zuschauer sind im Rahmen der Regelungen zu Veranstaltungen erlaubt.

7.3. Ein- und Ausgänge sind gekennzeichnet.

7.4. Gruppenwechsel

- Die verschiedenen Trainingsgruppen sollten sich nicht begegnen.
- Es wird ausreichend Zeit zwischen den Trainingsgruppen eingeplant.
- Der/die Übungsleiter*in hat dafür zu sorgen, dass die Sporttreibenden das Sportgelände mit Abstand (unter Berücksichtigung der Abstandsregeln) betreten.
- Sollte das Sportgelände noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.
- Bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.
- Die Aufsichtspflicht von Minderjährigen muss dabei jederzeit gewährleistet bleiben. Die Aufsichtspflicht vor und nach der Trainingseinheit obliegt den Erziehungsberechtigten, die Übungsleiter*innen übernehmen die Aufsichtspflicht nur während des Trainings.
- Das Trainingsgelände ist nach dem Training zügig zu verlassen.
- Die folgende Trainingsgruppe darf das Sportgelände erst betreten, wenn die vorhergehende Trainingsgruppe das Gelände vollständig verlassen hat.
- Gemeinsames Treffen und Austausch sowie Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder Nachgang sind untersagt.
- Die Zeit zwischen den Trainingseinheiten wird zum Reinigen von Kontaktflächen und Trainingsgeräten durch den/die Übungsleiter*in genutzt.

8. Eigenes Equipment

8.1. Eigenes Trainings-Equipment (z.B. Trinkflasche, Gymnastik-Matte, Handtuch usw.) kann von den Sporttreibenden mitgebracht werden und ist nur durch den Besitzer selbst zu verwenden.

8.2. Ein Austausch von Trainings-Equipment ist verboten.

II. Hygienekonzept für den Sport im Innenbereich

Die allgemeinen Hygiene- und die geltenden Abstandsregeln sind jederzeit einzuhalten. Das geltende Abstandsgebot und die geltende Kontaktbeschränkung werden gewährleistet durch die folgenden Maßnahmen:

1. Abstand halten

- 1.1. Der Trainings- und Wettkampfbetrieb ist in festen Kleingruppen von insgesamt bis zu 30 Personen auch in Kontaktsportarten zulässig. Körperkontakte sind auf ein Minimum zu reduzieren.
- 1.2. Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,5 m) ist immer einzuhalten, sowohl beim Betreten als auch Verlassen der Sportstätte. Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft und diese weitreichender in den Raum hinein ventiliert wird, sind während des Trainings grundsätzlich 2,0 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten.
- 1.3. Bei Sportarten, die zu verstärktem Aerosolausstoß führen, ist ein Abstand von 3,0 m zu anderen Personen einzuhalten. Ggf. ist die Personenzahl in der Sportstätte zu begrenzen (siehe Konzeption der Trainingsgruppen für den Sport im Innenbereich).
- 1.4. Die Ablage des Equipments inkl. Trinkflaschen erfolgt in einer pro Person ausgewiesenen „Zone“, diese Bereiche können z.B. mit einem Hula-Hoop-Reifen, einem Springseil o.ä. markiert werden.
- 1.5. Ggf. sind Markierungen als Orientierung anzubringen (z.B. Klebestreifen, Pylonen).
- 1.6. In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten. Die Pause muss in der ausgewiesenen persönlichen Zone verbracht werden.
- 1.7. Beim Kommen und Gehen ist ein Nasen-Mundschutz zu tragen.

2. Bereitstellung von Hygieneartikeln zur Nutzung im Innenbereich

- 2.1. Hand-Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt)
- 2.2. Fettlösender Haushaltsreiniger für Gegenstände, Sportgeräte, Ablageflächen etc.
- 2.3. Handschuhe für die Übungsleiter*innen

3. Regelmäßige Desinfektion/Gründliches Waschen mit Seife der Hände

- 3.1. Beim Betreten der Räumlichkeiten bzw. vor der Übungseinheit
- 3.2. Nach dem Toilettengang
- 3.3. Ggf. in der Pause

4. Regelmäßige Reinigung/Lüftung

- 4.1. Kontaktflächen und Trainingsgeräte sind vor/nach jeder Trainingsgruppe mit einem fettlösenden Haushaltsreiniger zu reinigen oder mit einem mindestens begrenzt viruziden Mittel zu desinfizieren.
- 4.2. Türklinken, Griffe und Handläufe sind vor/nach jeder Trainingsgruppe mit einem fettlösenden Haushaltsreiniger zu reinigen oder mit einem mindestens begrenzt viruziden Mittel zu desinfizieren.
- 4.3. Die Räumlichkeiten sind regelmäßig und intensiv nach jeder Übungsgruppe zu lüften.
- 4.4. Es findet eine regelmäßige Reinigung der Fußböden im Gemeindehaus Mengerschied statt.

5. Toiletten

- 5.1. Toiletten bleiben geöffnet und werden regelmäßig gereinigt und desinfiziert.
- 5.2. In den Toiletten sind ausreichend Seife, Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt) und Einweg-Handtücher vorhanden.
- 5.3. Die Toilettenräume dürfen nur einzeln und mit Mund-Nasen-Schutz betreten werden.

6. Umkleiden und Duschräume

Umkleiden und Duschräume bleiben geschlossen. Die Trainierenden kommen bereits in Sportkleidung zum Sportgelände.

7. Organisation des Betriebs

- 7.1. Die Entscheidung über die Öffnung der Sportstätte obliegt dem Träger
- 7.2. Zuschauer sind nicht erlaubt.
- 7.3. Es sind getrennte Ein- und Ausgänge gekennzeichnet und entsprechend zu nutzen.
- 7.4. Gruppenwechsel
 - Die verschiedenen Trainingsgruppen sollten sich nicht begegnen.
 - Es wird ausreichend Zeit zwischen den Trainingsgruppen eingeplant.
 - Der/die Übungsleiter*in hat dafür zu sorgen, dass die Sporttreibenden das Sportgelände mit Abstand (unter Berücksichtigung der Abstandsregeln) betreten.
 - Sollte das Sportgelände noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.
 - Bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.
 - Die Aufsichtspflicht von Minderjährigen muss dabei jederzeit gewährleistet bleiben. Die Aufsichtspflicht vor und nach der Trainingseinheit obliegt den Erziehungsberechtigten, die Übungsleiter*innen übernehmen die Aufsichtspflicht nur während des Trainings.
 - Die Sporthalle ist nach dem Training zügig zu verlassen.
 - Die folgende Trainingsgruppe darf die Sporthalle erst betreten, wenn die vorhergehende Trainingsgruppe die Halle vollständig verlassen hat.
 - Gemeinsames Treffen und Austausch sowie Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder Nachgang sind untersagt.
 - Die Zeit zwischen den Trainingseinheiten wird zum Reinigen von Kontaktflächen und Trainingsgeräten durch den/die Übungsleiter*in genutzt.

8. Eigenes Equipment

- 8.1. Eigenes Trainings-Equipment (z.B. Trinkflasche, Gymnastik-Matte, Handtuch usw.) kann von den Sporttreibenden mitgebracht werden und ist nur durch den Besitzer selbst zu verwenden.
- 8.2. Ein Austausch von Trainings-Equipment ist verboten.

III. Konzeption der Trainingsgruppen

Die Gestaltung und Organisation der Übungsstunden ist immer von den örtlichen Gegebenheiten und den behördlichen Vorgaben abhängig. Die Dauer und Terminierung der Trainingszeiten müssen ggfs. angepasst werden. Da die Situation aktuell noch immer sehr dynamisch ist, kann es zu kurzfristigen Anpassungen der folgenden Regelungen kommen.

1. Größe

- 1.1. Die Teilnahme wird wöchentlich im Vorfeld durch den/die Übungsleiter*in abgefragt.
- 1.2. 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. Es liegt im Ermessen der/des zuständigen Übungsleiter(s), ob die Gruppe in kleinere Gruppen aufgeteilt wird oder die vorgegebenen Distanzregeln und weiteren Vorsichtsmaßnahmen mit der bestehenden Gruppengröße eingehalten werden können.
- 1.3. Für das Judo-Training dürfen ständige Trainingspaare gebildet werden (unter Berücksichtigung der Wohngemeinschaften, wie z.B. bei Geschwistern). Die Trainingsgruppen müssen protokolliert werden. Es dürfen keine Partnerwechsel während eines Trainings durchgeführt werden. Trainingspartner sollten nach Möglichkeit über mehrere Tage/Wochen beibehalten werden.
- 1.4. Die maximal erlaubte Gruppengröße im Saal des Gemeindehaus Mengerschied beträgt 30 Personen, in der Turnhalle Belgweiler 10 Personen.
- 1.5. Für die Judo-Trainierenden wird ein Platz von mindestens 9 m² pro Kampfpaar empfohlen.

2. Einteilung

Eine Durchmischung von Sporttreibenden und Übungsleiter*innen ist zu vermeiden.

3. Trainingsgestaltung

- 3.1. Bei kleinen Aufbauten oder Kraftzirkeln ist es eventuell möglich, dass der Aufbau bereits vor Beginn des Trainings vom/von jeweiligen/r Übungsleiter*in allein durchgeführt wird.
- 3.2. Das Training kann z. B. mittels eines Stationstrainings mit eigenem Equipment durchgeführt werden. Hier können die Abstandsregeln durch den gleichzeitigen Wechsel gut umgesetzt werden. Pro Station befindet sich immer ein Sporttreibender.
- 3.3. Findet das Training an einer Stelle statt, so hat jeder Sporttreibende einen eigenen, vorher markierten Bereich, damit die Abstandsregel eingehalten werden kann.
- 3.4. Generell sollten nur Übungen ausgewählt werden, die ohne die Hilfestellung eines*r Übungsleiter*in durchgeführt werden können. Trainingsinhalte beschränken sich auf kontaktlose Durchführung.
- 3.5. Auf Partnerübungen soll möglichst verzichtet werden. Wenn Partnerübungen nötig sind, dann sollte möglichst mit einem ständigen Trainingspartner trainiert werden.

- 3.6. Anstelle von Korrekturen über taktile Reize sollten andere Rückmeldemöglichkeiten z.B. verbale Korrekturen auf Distanz genutzt werden.
- 3.7. Ebenso muss auch der Abbau der Geräte koordiniert werden.

4. Personenkreis

- 4.1. Es dürfen ausschließlich die Übungsleiter*innen sowie die Teilnehmenden anwesend sein (keine Eltern, keine Zuschauenden). Eine Ausnahme bildet das Angebot Eltern-Kind-Turnen.
- 4.2. Die Teilnahme von Risikogruppen (gemäß Definition des Robert Koch-Institutes) am Sportbetrieb sollte mit Sorgfalt abgewogen werden (betrifft Übungsleiter*innen und Teilnehmende). Risikogruppen können jedoch nicht immer – zumindest nicht pauschal – identifiziert werden. Es sind grundsätzlich alle Personen besonders zu schützen.
- 4.3. Personen mit Symptomen einer Atemwegsinfektion ist der Zutritt zu verwehren.

5. Anwesenheitsliste

- 5.1. In jeder Trainingsstunde ist eine Anwesenheitsliste (Angaben: Datum, Uhrzeit/Dauer, Ort, Name Übungsleiter*in, Name Teilnehmer, durch den/die Übungsleiter*in zu führen, damit bei einer möglichen Infektion eines Sporttreibenden oder eines*r Übungsleiter*in die Infektionskette zurückverfolgt werden kann. Die Kontaktdaten (Anschrift und Telefonnummer) der Teilnehmer sind bei Bedarf jederzeit über die Mitgliederdatenbank des Vereins abrufbar.
- 5.1. Die Anwesenheitslisten werden in der Geschäftsstelle gesammelt, Ansprechperson ist Sandra Weyand. Die Anwesenheitslisten sind für den Zeitraum von 1 Monat beginnend mit dem Tag des Trainings aufzubewahren und im Anschluss unter Beachtung der DSGVO zu vernichten.
- 5.2. Zu ergreifende Maßnahmen beim Corona-Verdachtsfall siehe „RKI Maßnahmen Corona Verdachtsfall Infografik“.

6. Gesundheitsprüfung

- 6.1. Vor Aufnahme der ersten Trainingsstunde **nach den Ferien und nach jedem Aufenthalt in einem Risikogebiet** muss jeder Sporttreibende bzw. bei Minderjährigen deren Eltern den „Fragebogen SARS-CoV-2 Risiko“ ausgefüllt und unterschrieben dem/der Übungsleiter*in geben.
- 6.2. Nur gesunde und symptomfreie Sporttreibende nehmen am Training teil. Andernfalls ist eine Teilnahme nicht möglich.
- 6.3. Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen.

7. Hygiene/Erste-Hilfe

- 7.1. Jedem/r Übungsleiter*in steht ein eigenes Hygiene-/Erste-Hilfe-Set (inkl. Desinfektionsmittel, Einweg-Mundschutz und Einweg-Handschuhen) zur Verfügung. Dieses soll vorab kontrolliert und anschließend mit an den Trainingsort genommen werden.
- 7.2. Bei gesundheitlichen Notfällen ist Erste-Hilfe zu leisten. (Informationen zu Erste-Hilfe in Corona-Zeiten finden sich z. B. auf der Internetseite des Deutschen Roten Kreuzes www.drk.de).



IV. Informationspolitik innerhalb des Vereins

Vor Ergänzung des Sportangebots durch die Aufnahme des Sportbetriebs im Innenbereich muss sichergestellt sein, dass die Informationen alle Beteiligten erreichen:

1. Information aller Abteilungs- und Übungsleiter*innen

Der Vorstand informiert alle Übungsleiter*innen über die Vereinskonzption zur Wiederaufnahme des Vereinssports auf Außenanlagen und im Innenbereich, sowie über die zehn Leitplanken des DOSB. Die Übungsleiter*innen bestätigen den Erhalt per Mail.

2. Information der Sporttreibenden

Alle Sporttreibenden bzw. bei Minderjährigen deren Eltern sind von ihren Übungsleiter*innen über die neuen Trainingsbedingungen und die vereinspezifischen Regeln zu informieren. Dies muss vor Aufnahme des Trainingsbetriebs geschehen. (Schriftliche Information per WhatsApp, Veröffentlichung auf der Homepage des Vereins)

IV. Kontrolle der Umsetzung aller Vorgaben

Es ist unerlässlich, dass der Vereinsvorstand die Vorgaben und deren Umsetzung kontrolliert:

1. Regelmäßiger Austausch mit den Übungsleiter*innen
2. Regelmäßige Kontrolle der vorhandenen Hygieneartikel
3. Sollte festgestellt werden, dass einige Punkte nicht umsetzbar oder zu verändern sind, muss ggf. umgeplant und die Konzeption angepasst werden. Ist dies der Fall, sind alle Sporttreibenden bzw. bei Minderjährigen deren Eltern von den Übungsleiter*innen darüber zu informieren. Die aktuellste Konzeption inkl. Hygienekonzept ist jederzeit auf der Vereins-Homepage einsehbar.

Mengerschied, 10. August 2020