

## **Leitfaden zur Wiederaufnahme des Erwachsenensports unter Coronabedingungen**

Stand 10.08.2020

### **Präambel**

Die Aufnahme des Freiluft-Angebots im VSTV-Erwachsenensport erfolgt unter Beachtung der geltenden Vorschriften bzw. Verordnungen des Bundes und des Landes NRW.

Das Corona-Konzept für das Freiluft-Angebot im Erwachsenensport orientieren sich darüber hinaus an den vom DTB veröffentlichten „Übergangsregelungen“:

[https://www.dtb.de/fileadmin/user\\_upload/dtb.de/DTB/Corona/DTB-Übergangsregeln\\_Wiedereinstieg\\_Fitness-Gesundheitssport\\_Fitnessstudios\\_20200513.pdf](https://www.dtb.de/fileadmin/user_upload/dtb.de/DTB/Corona/DTB-Übergangsregeln_Wiedereinstieg_Fitness-Gesundheitssport_Fitnessstudios_20200513.pdf)

Aktualisierungen aufgrund sich ändernden behördlichen Anordnungen bleiben vorbehalten.

Ergänzung zu dem Hygiene Vereinskonzzept des Vohwinkeler STV 1865/80 e.V.

### **Hygiene- und Infektionsschutzmaßnahmen**

1. Mitglieder und Trainer mit Symptomen einer Atemwegsinfektion dürfen nicht am Sportangebot teilnehmen; Ausnahmen bei Trainern sind nach ärztlicher Abklärung möglich (keine COVID-19Erkrankung)
2. Umkleiden und Duschen des VSTV-Vereinsheim sind bis auf Weiteres geschlossen. Mitglieder kommen in Sportkleidung.
3. Ein Abstand zu anderen Trainierenden von mind. 1,50m ist einzuhalten. Dieser Abstand ist während der kompletten Trainingszeit (Pausen eingeschlossen) bei zu behalten.
4. In Hinblick auf die erhöhte Aerosolbelastung müssen beim Ausdauertraining der Abstände vergrößert werden.
5. Im öffentlichem Raum dürfen max. 30 TN unter Berücksichtigung des Mindestabstandes trainieren.
6. Alle Teilnehmer und Trainer tragen bevor das Training startet einen Mund-Nasenschutz. Beim Training selbst ist es nicht nötig einen Mund-Nasenschutz zu tragen, da während des Training der genügende Mindestabstand gewährleistet wird.
7. Die Trainierenden kommen max. 5 Minuten vor Trainingsbeginn
8. Trainingsgruppen dürfen erst das Sportgelände betreten, wenn der Trainer anwesend ist. Bei aufeinanderfolgenden Gruppen ist eine Pause von mind. 10 Minuten einzuhalten.
9. Während des Trainings wird weitestgehend auf Körperkontakt verzichtet. Verbale Korrektur ist zu bevorzugen.

### **Nutzung von Kleingeräten**

1. Es wird auf die Nutzung von Kleingeräten verzichtet, wenn diese nicht nach jeder Benutzung desinfiziert werden können (z.B. Therabänder, Matten etc.)
2. Kleingeräte, soweit es möglich ist, sollen von den Trainierenden mitgebracht werden

### **Trainingsorganisation:**

1. Die Nutzung des Freiluft-Angebots ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Die Anmeldung erfolgt online: <https://www.terminland.de/vstv/>

### **Ergänzung Sportabzeichen:**

1. Der Trainingsbetrieb kann nur für das kontrollierbare und den Sicherheitsstandards entsprechende Training aufgenommen werden
2. Bei Läufen auf der Rundbahn müssen mit Blick auf die Aerosol-Verteilung größere Abstände zwischen den Sportlern und größere Zeitabstände zwischen den Läufen eingehalten werden

### **Ergänzungen Hygiene Konzept Erwachsenensport, inkl. Gesundheits- und Rehasportkurse (Hallensport):**

#### **Hygiene – Infektionsmaßnahmen:**

- Umkleiden und Duschen der städtischen Sporthallen sind geschlossen. Mitglieder kommen in Sportkleidung
- Beim Betreten und Verlassen der Sportstätten müssen die Hände gewaschen werden
- Ein Abstand zu anderen Trainierenden von mind. 1,5m ist einzuhalten. Dieser Abstand ist während der kompletten Trainingszeit (Pause eingeschlossen) bei zu behalten
- Alle Teilnehmer und Trainer tragen bevor das Training startet und nach dem Training einen Mund-Nasenschutz. Beim Training selbst ist es nicht nötig
- Die Trainierenden kommen max. 5Minuten vor Trainingsbeginn
- Die Trainierenden tragen sich mit einem eigenen Stift in eine Anwesenheitsliste ein. Diese wird im Falle einer Corona-Erkrankung an das Gesundheitsamt weitergeleitet
- In den Sporthallen ist durch regelmäßiges und intensives Lüften ein kontinuierlicher Luftaustausch zu gewährleisten. Hierfür sollten insbesondere die Pausen zwischen Trainingsgruppen genutzt werden, bzw. zusätzliche Pausen eingeführt werden. Nach Möglichkeit sollte auch während des Trainingsbetriebs gelüftet werden
- Während des Trainings wird weitestgehend auf Körperkontakt verzichtet. Verbale Korrektur ist zu bevorzugen.

#### **Nutzung von Kleingeräten:**

- Es wird auf die Nutzung von Kleingeräten verzichtet, wenn diese nicht nach jeder Benutzung desinfiziert werden können (z.B. Therabänder, Matten etc.)
- Kleingeräte, soweit es möglich ist, sollen von den Trainierenden mitgebracht werden

#### **Trainingsorganisation:**

- Die Nutzung des Hallensportangebots ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Die Anmeldung erfolgt online: <https://www.terminland.de/vstv/>
- Ab 12.08.2020 findet der Erwachsenensport ohne vorherige Anmeldung statt. Dies gilt zunächst für einen Probezeitraum von 14 Tagen.