

# Hygiene- und Abstandsregeln (Stand 01.10.2020)

Basierend auf den Vorgaben des Landes NRW (Corona-Schutzverordnung) und der Stadt Paderborn sowie den Empfehlungen des Deutschen Olympischen Sportbundes und der Sportfachverbände



## Vorbemerkung:

Für den Sport - insbesondere für den nicht-kontaktfreien Sport - gelten Ausnahmen, die für andere gesellschaftliche Aktivitäten nicht zulässig sind. Um diese Privilegien nicht zu gefährden, werden alle Verantwortlichen, Trainer/innen und Übungsleiter/innen sowie Teilnehmenden nachdrücklich aufgefordert, sich ausschließlich im Rahmen dieser Ausnahmen zu bewegen. Sie helfen dadurch mit, dass der Sportbetrieb weiter laufen kann!

## Teilnahmevoraussetzungen

Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und diese vor jeder Sporteinheit bestätigen:

- Es bestehen **keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome**.
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- Es muss jederzeit ein **Mund-Nasen-Schutz** getragen werden. Dieser darf nur während des aktiven Sporttreibens abgelegt werden.
- Zur Sicherung der **Rückverfolgbarkeit** wird jede Teilnahme an einer Sporteinheit unter Angabe der Adresse und Telefon-Nr. des Teilnehmenden in einer **Anwesenheitsliste** dokumentiert. Alle Angaben werden bei Bedarf dem Gesundheitsamt zur Verfügung gestellt, um etwaige Infektionsketten schnell nachvollziehen zu können.
- Die folgenden Maßnahmen zur Hygiene, zum Infektionsschutz, zur Steuerung des Zutritts und zur Gewährleistung eines Mindestabstands von 1,5 Metern werden eingehalten.

## Allgemeine Rahmenbedingungen

- Gemäß der aktuellen Fassung der Corona-Schutzverordnung des Landes NRW (Stand 01.10.2020) ist in **Kontaktsportarten die Ausübung des Sport-, Trainings- und Wettbewerbsbetriebs** ohne Mindestabstand **während der Sportausübung** zulässig.
- Außerhalb des aktiven Sporttreibens muss zwischen den anwesenden Personen ein Abstand von mind. 1,5 Metern eingehalten werden.
- Eine Mischung von Gruppen während und nach der Sporteinheit darf nicht stattfinden. Vor und nach der Sporteinheit müssen sämtliche Körperkontakte unterbleiben.
- Die Durchführung von **kontaktfreiem Sport** (Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Metern vor, während und nach der Sporteinheit), z.B. in Form von Alternativ- oder Individualprogrammen, ist zu bevorzugen.
- Die **Gruppengrößen** werden gemäß den geltenden Vorgaben angepasst/verkleinert. Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 10m<sup>2</sup> pro Teilnehmendem. Für folgende vom Verein genutzte Sportstätten ergeben sich folgende max. Kapazitäten (**inkl. Übungsleitungen**):
  - o 3fach-Sporthalle Andreas-Winter-Sporthalle (pro Hallenteil) 30 Personen
  - o Gymnastikraum Andreas-Winter-Sporthalle 9 Personen
  - o Vitalcenter Andreas-Winter-Sporthalle 7 Personen
  - o 3fach-Sporthalle am Merschweg (pro Hallenteil) 30 Personen
  - o 3fach-Sporthalle am Berufskolleg SN (pro Hallenteil) 30 Personen
  - o Heinrich/Bonhoeffer-Sporthalle (neu) 30 Personen
  - o Heinrich/Bonhoeffer-Sporthalle (alt) 25 Personen
  - o Turnhalle am Residenz-Hallenbad 25 Personen
  - o Gymnastikraum Turnhalle am Residenz-Hallenbad 11 Personen
  - o Turnhalle Hauptschule Mastbruch 25 Personen

- Turnhalle/MZH Sande 30 Personen
- Gymnastikraum Hermann-Löns-Stadion 10 Personen
- **Nutzen mehrere Sportgruppen eine 3fach-Sporthalle, sind diese räumlich voneinander zu trennen.**
- Vor den Trainingseinheiten findet, wenn notwendig, eine Koordination der Trainingsgruppe (Gruppengröße) durch die Übungsleitung statt.
- **Die vorhandenen Türen und Fenster in den Sporthallen und Gymnastikräumen sind nach Möglichkeit immer offen zu halten.**
- Die Nutzung der **Dusch- und Umkleidebereiche** ist erlaubt. Der **Mindestabstand** von 1,5 Metern ist zwingend einzuhalten. Als Richtwert gelten max. 10 Personen pro Umkleidebereich. Es ist auf eine ausreichende **Durchlüftung** der Dusch- und Umkleidebereiche zu achten.

### **Vor dem Training**

- Das **Betreten der Sportstätte** erfolgt nach Aufforderung durch die Übungsleitung. Um Warteschlangen zu vermeiden, bitten wir euch, erst kurz vor Beginn der Sporteinheit zur Sportstätte zu kommen.
- Vor bzw. unmittelbar nach dem Betreten der Sportstätte ist das bereitgestellte **Hand-desinfektionsmittel** zu nutzen bzw. sind die Hände 30 Sekunden mit Seife unter laufendem Wasser zu waschen.

### **Während des Trainings**

- **Sportmaterialien/-geräte** dürfen genutzt werden. Vor der Nutzung müssen die Teilnehmenden sich die Hände gründlich waschen oder desinfizieren.
- Für den Fall einer Verletzung muss der **Mund-Nasen-Schutz** immer in Reichweite sein.

#### **Gruppen ohne Körperkontakt**

- Während der gesamten Sporteinheit ist der Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten.
- Bei Einheiten mit **hoher Bewegungsaktivität** sollte der Mindestabstand deutlich vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter).

#### **Gruppen ohne Körperkontakt**

- Außerhalb des Sporttreibens ist immer die Abstandsregel einzuhalten - auch in Duschen und Umkleiden!

### **Nach dem Training**

- Sporteinheiten enden ggfls. 10 Minuten vor dem eigentlichen Trainingsende, um Hygienemaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen.
- Nach Beendigung der Sporteinheit muss der Mund-Nasen-Schutz wieder angelegt werden.
- **Die Sportstätte muss unmittelbar nach Ende der Sporteinheit verlassen werden.**

### **Verfahren, wenn ein Corona-Fall bekannt wird**

- Sofortige Einstellung des Trainings- und Wettkampfbetriebes der Gruppe, in der die infizierte Person aktiv ist.
- Alle Teilnehmenden der Gruppe werden unverzüglich informiert - ohne den Namen der betroffenen Personen zu nennen und aufgefordert, einen Corona-Test durchführen zu lassen.
- Ggfls. an Wettkämpfen beteiligte andere Vereine werden informiert.
- Der/die verantwortliche Ansprechpartner/in im Verein/der Abteilung wird direkt informiert.
- Die Anwesenheitslisten werden auf Anforderung dem Gesundheitsamt übergeben.

### **Abschließender Hinweis**

Ergänzend zu diesen Hygiene- und Abstandsregeln gelten ggfls. gesonderte **sportart- und abteilungsspezifische Regelungen für den Trainings- und Wettkampfbetrieb**. Diese werden durch die Abteilungen und die zuständigen Übungsleitungen kommuniziert.