

Allgemeine Rahmenbedingungen und Hygienekonzept zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs Sport und Freizeit in Wilmersdorf e.V. | Die Fitmacher

- Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben angepasst/verkleinert. Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 5 m² pro Teilnehmenden.
- Die Sporteinheiten sollten möglichst in gleichbleibender Besetzung stattfinden (fester Teilnehmerkreis).
- Zur Verletzungsprophylaxe sollte die Intensität der Sporteinheit an die Gegebenheiten (längere Trainingspause der Teilnehmenden) angepasst werden.
- Mund- Nasen- Schutzmasken und Einmalhandschuhe sollten in ausreichender Menge vorrätig sein.
- Anwesenheitslisten für Trainingseinheiten sollten vorbereitet werden, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können (empfohlen wird die Nutzung eines Online-Anmeldeverfahrens).

Vor der Trainingseinheit – Checkliste:

Bei jeglichen Krankheitssymptomen ist den Übungsleitern das Betreten der Sportstätte, die Leitung der Sporteinheit sowie die Teilnahme an sonstigen Vereinsangeboten untersagt. Eine Information an den Verein und die Teilnehmenden muss umgehend erfolgen.

Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies vor Beginn jeder Sporteinheit schriftlich bestätigen:

- Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- Vor und nach der Sporteinheit muss ein Mund- Nasen- Schutz getragen werden.
- Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände, Betreten der Sportstätte erst nach Händedesinfektion) werden eingehalten; Weisungen von Übungsleiter wird Folge geleistet.
- Kenntnisnahme der Hinweise zu Restrisiko trotz Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln

Die Übungsleiter und Teilnehmenden reisen individuell und bereits in Sportbekleidung zur Sporteinheit an. Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.

Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt. Gleiches gilt für eigene Matten oder Sportgeräte.

Zwischen den Sporteinheiten sollte eine Pause von mindestens zehn Minuten vorgesehen werden, um Hygienemaßnahmen durchzuführen, einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen und die Räumlichkeit/Trainingsfläche zu lüften. Ggf. ist die jeweilige Sporteinheit um zehn Minuten zu

verkürzen, damit die Abstands- und Hygieneregeln eingehalten werden können, und es mit der nachfolgenden Gruppe keine Überschneidung gibt.

Jegliche Körperkontakte, z. B. bei der Begrüßung müssen unterbleiben.

Die Übungsleiter weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit individuelle Trainings- und Pausenflächen zu. Diese sind gemäß den geltenden Vorgaben zur Abstandswahrung markiert (z. B. mit Hütchen, Kreisen, Stangen usw.). Ein Verletzungsrisiko ist zu minimieren.

Die Teilnehmenden werden vor jeder Sporteinheit auf die geltenden Verhaltensmaßnahmen/ Hygienevorschriften hingewiesen.

Die Übungsleiter müssen Anwesenheitslisten führen, so dass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.

Die Übungsleiter reinigen und desinfizieren sämtliche bereitgestellten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen). Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.

Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.

Während der Trainingseinheit– Checkliste:

- Die Übungsleiter gewährleisten, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sporteinheit eingehalten wird.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).
- Der Mund- Nasen- Schutz kann während der Sporteinheit abgelegt werden.
- Für den Fall einer Verletzung muss der Mund- Nasen- Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein.
- Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen.
- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.
- Geräteräume sollten nur einzeln betreten werden.
- Wenn sich Teilnehmende während der Sporteinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden beim Übungsleiter geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Toilettenanlagen. Vor Wiederbetreten der Sportstätte hat eine Händedesinfektion zu erfolgen.
- Gästen und Zuschauern ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet.

Nach der Trainingseinheit– Checkliste:

- Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporteinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln. Nach Möglichkeit sollen unterschiedliche Ein- und Ausgänge genutzt und „Einbahnstraßenregelungen“ für die Laufrichtungen eingehalten werden.
- Nach Beendigung des Angebotes muss der Mund- Nasen- Schutz wieder angelegt werden.
- Die Übungsleiter reinigen und desinfizieren sämtliche genutzten Sportgeräte sowie gemeinsam genutzte Türgriffe und Wasserhähne (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen).
- Die Übungsleiter lüften die genutzten Räumlichkeiten/Trainingsflächen.

Hinweise:

Die obenstehenden Hinweise sind ausschließlich als Empfehlungen zu verstehen. Die rechtliche Grundlage bildet die jeweils aktuelle Fassung der SARS-Cov-2-Eindämmungsmaßnahmenverordnung des Berliner Senats mitsamt Anlagen, sowie die jeweils behördlichen Vorgaben auf bezirklicher Ebene durch die Gesundheits- und Sportämter.

Die stufenweise Öffnung u.a. des Sportbetriebs steht unter dem Vorbehalt, dass die Infektionszahlen nicht signifikant ansteigen. Steigen die Infektionszahlen in Berlin oder in seinen Bezirken an, ist mit sofortigen regionalen Beschränkungen zu rechnen. Daher sind die Übungsleiter angehalten, sich ständig über die jeweils vor Ort geltenden Bedingungen zu informieren und mit dem Vorstand abzustimmen.

Stand: 15.06.2020