

## Schutz und Hygienekonzept für die Durchführung des organisierten Sports in der Abteilung Parasport

### 1 Präambel

Das Schutz- und Hygienekonzept ist Grundlage für die Durchführung des organisierten Sports im SCN in Zeiten der Corona-Pandemie („Wiedereinstieg“).

Jede Abteilung sollte diese Vorlage entsprechend ihren sportspezifischen Bedingungen bzw. den Vorgaben der Fachverbände anpassen und daraus ein eigenes **Schutz- und Hygienekonzept für die Durchführung des organisierten Sports in der Abteilung** erstellen.

**Konkrete Maßnahmen dazu werden wir in unserem Infobrief für alle Rehasportler festlegen.**

Das Schutz- und Hygienekonzept der Abteilung wird durch den Geschäftsführer genehmigt. Danach kann mit dem organisierten Sport begonnen werden.

Für die Sportstätten sind die Genehmigungen zur Nutzung durch die Geschäftsstelle auf der Grundlage der Schutz- und Hygienekonzepte der Abteilungen eingeholt. Wenn die Genehmigungen durch den Betreiber mit eigenen Schutz- und Hygieneregeln verbunden werden, dann sind diese entweder in unser Konzept einzuarbeiten oder separat bereitzustellen.

Der organisierte Sport ist entsprechend den Regeln des Schutz- und Hygienekonzepts der Abteilung sowie ggf. zusätzlicher Regeln der Betreiber der Sportstätten auszuüben.

Die Trainer und Übungsleiter sind entsprechend durch den Geschäftsführer oder den Abteilungsleiter zu belehren.

Formulare werden durch die Übungsleiter ausgefüllt und durch die Sportler ergänzt und bestätigt.

Jede Trainingsgruppe muss über folgende Unterlagen verfügen:

- Schutz- und Hygienekonzept der Abteilung  
ggf. Schutz- und Hygieneregeln für die Sportstätten  
nach Genehmigung veröffentlicht auf der Corona-Seite des SCN  
<https://www.sc-neubrandenburg.de/unsere-reaktion-auf-corona>
- Teilnehmerliste mit Anschrift und Telefonnummer,  
Kenntnisnahme und Einverständniserklärung (Aufbewahrung der Unterlagen für 4 Wochen)

## 2 Grundsätzliche Regeln

Am Training teilnehmen dürfen nur Sporttreibende, die **gesund sind und keinerlei Symptome eines Atemwegsinfekt haben**. Ausgeschlossen sind: **positiv getestete Personen, Personen, in deren privatem oder beruflichen Umfeld sich positiv getestete Personen befinden, Personen im Fall einer Krankschreibung (egal welcher Ursache), Personen mit Symptomen wie Reizhusten, Atembeschwerden, Halsschmerzen, Kopf- und Gliederschmerzen, Fieber, Durchfall.**

Wir müssen unbedingt die Rückverfolgbarkeit von Infektionsketten im Fall einer Infektion sicherstellen. Dafür kann die Abteilung zwischen 2 Verfahren wählen:

In beiden Fällen ist für jede Trainingsgruppe eine dauerhafte Liste mit allen Mitgliedern der Trainingsgruppe einschl. Trainer/Übungsleiter/Helfern und mit den Kontaktdaten zu erstellen.  
- Daten der Trainingsgruppe werden durch den Übungsleiter erfasst.

Verfahren A:

Abmelden vom Training: Jeder Sporttreibende ist verpflichtet, sich bei Nicht-Teilnahme aufgrund von gesundheitlichen Einschränkungen, bei seinem Trainer oder Übungsleiter abzumelden. Wenn der Grund gesundheitliche Einschränkungen sind, dann muss dies unbedingt mitgeteilt werden. Der Trainer/ÜL führt entsprechende Aufzeichnungen über die Teilnahme bzw. Nicht-Teilnahme.

Anlage: Teilnehmerliste

Verfahren B:

Der Trainer/Übungsleiter erstellt eine Teilnehmerliste für jedes einzelne Training. Die abwesenden Teilnehmenden müssen sich nicht abmelden.

Anlage: Teilnehmerliste

Unsere Abteilung bevorzugt hier die Variante B.

Meldet sich ein Sporttreibender wegen eines (auch nur vermuteten) Infekts oder eines Symptoms vom Training ab, oder muss ein Sporttreibender vom Training ausgeschlossen werden, dann besteht eine Meldepflicht an die Geschäftsstelle. Die Geschäftsstelle veranlasst das Weitere (notfalls Meldung an das Gesundheitsamt). Weiterhin ist die Teilnehmerliste der Trainingsgruppe bereitzustellen.

Die allgemeinen Hygiene- und die geltenden Abstandsregeln (2,00 m) sind jederzeit einzuhalten.

Vom Verein bereitgestellte Desinfektions- und Hygieneartikel sind zu benutzen.

Beim Betreten und Verlassen des Trainingsgeländes sollten verschiedene Ein- und Ausgänge genutzt werden. Diese sind entsprechend durch Beschilderungen oder Markierung zu kennzeichnen. Falls das nicht möglich ist, hat der Trainer oder Übungsleiter dafür Sorge zu tragen, dass sich die Trainingsgruppen beim Betreten oder Verlassen des Gebäudes nicht begegnen. Zum Beispiel könnte zwischen den Trainingszeiten eine Pause von 15 Minuten liegen.

Fahrgemeinschaften sollten vorerst ausgesetzt werden, um auch hier das Risiko einer Infektion zu minimieren.

Bei gesundheitlichen Notfällen oder Unfällen ist Erste Hilfe zu leisten. Wir empfehlen jedem Trainer oder Übungsleiter sich im Vorfeld zu informieren, wo der Erste-Hilfe-Koffer in der Trainingsstätte zu finden ist oder selbst einen mitzubringen.

### 3 Trainingseinheiten im Freien

Auch bei Trainingseinheiten im Freien sind die Abstandsregeln (2,00 m) zu jeder Zeit einzuhalten. Gruppen- oder Paarübungen sind nicht zulässig. Korrekturen über taktile Reize sind nicht erlaubt. Alternativ können Korrekturen durch das Zusenden von Videomitschnitten oder verbal Trainer-Sportler erfolgen.

Die Größe der Trainingsgruppe ist zu verkleinern, um das Ansteckungsrisiko zu minimieren. Aktuell wird eine Gruppengröße von 5 Sportlern + 1 Trainer empfohlen. Bei der Einteilung der Trainingsgruppen sind Personen aus dem gleichen Haushalt bevorzugt in eine Trainingsgruppe einzuteilen. Die Sporttreibenden trainieren nur in einer festen Gruppe und wechseln nicht zwischen den Gruppen.

Wie bereits erwähnt, ist durch den Trainer/Übungsleiter darauf zu achten, dass sich die wechselnden Gruppen nicht begegnen.

Vor Beginn jeder Einheit ist die Anwesenheit der Sporttreibenden in der Anwesenheitsliste zu vermerken und ihre Kontaktdaten zu hinterlegen. Ebenfalls vor Beginn des Trainings haben sich alle Sporttreibenden die Hände zu desinfizieren.

Sollten während des Trainings Materialien/Sportgeräte des Vereins genutzt werden, so sind diese nach jeder Trainingseinheit zu desinfizieren.

Vor, während und nach dem Training stehen den Sporttreibenden keine Umkleiden oder Duschen zur Verfügung. Die Toiletten sind zugänglich.

Auch während der Pausen sind die Abstandsregeln einzuhalten. Gemeinsames Treffen und der Austausch bzw. Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder im Nachgang sind untersagt.

### 4 Trainingseinheiten in geschlossenen Sportstätten

Der SCN empfiehlt den Sporttreibenden das Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung beim Betreten und Verlassen der Sportstätte und während des Trainings. Beim Betreten der Sportstätte müssen alle Sporttreibenden sich die Hände desinfizieren. Vor Beginn jeder Einheit ist die Anwesenheit der Sporttreibenden in der Anwesenheitsliste zu vermerken und ihre Kontaktdaten zu hinterlegen.

Damit die Sporttreibenden sich beim Betreten und Verlassen der Sportstätte nicht begegnen, sind Ein- und Ausgänge bzw. Laufwege zu kennzeichnen bzw. zu markieren. Im besten Fall ist ein Einbahnstraßen-Prinzip in der Sportstätte umsetzbar. Falls das nicht möglich ist, sind

die Trainingszeiten so zu legen, dass aufeinanderfolgende Trainingsgruppen sich nicht im Gebäude begegnen. Zwischen den Trainingseinheiten ist der Sportraum ordentlich zu lüften (Stoßlüftung). Der SCN empfiehlt, dass der Trainer/Übungsleiter stark frequentierte Bereiche (z.B. Türklinken, Fenstergriffe, Lichtschalter und Treppen- oder Handläufe) nach jeder Einheit desinfiziert.

Während des Trainings und beim Betreten bzw. Verlassen der Sportstätte sind die Abstandsregeln einzuhalten.

Die Größe der Trainingsgruppe ist zu minimieren, um das Ansteckungsrisiko zu verringern. Bei der Einteilung der Trainingsgruppen sind Personen aus dem gleichen Haushalt bevorzugt in eine Trainingsgruppe einzuteilen. Die Sporttreibenden trainieren nur in einer festen Gruppe und wechseln nicht zwischen den Gruppen. Aufgrund der Größe der Räumlichkeiten ist die Anzahl der Teilnehmer zu berücksichtigen. Als Regel gilt: pro 10 qm Raumgröße nur eine Person. Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden. Hier gelten vier bis fünf Meter Abstand als Richtwert.

Werden während des Trainings Materialien oder Geräte des Vereins genutzt, so sind diese nach der Nutzung durch einen Sporttreibenden zu desinfizieren. Kraft- oder Fitnessgeräte sind so zu stellen bzw. abzusperrern, dass zwischen den Sporttreibenden an den Geräten ein Abstand von 2 Metern herrscht. Gruppen- oder Paarübungen sind nicht zulässig. Korrekturen über taktile Reize sind nicht erlaubt. Alternativ können Korrekturen durch das Zusenden von Videomitschnitten oder verbal Trainer-Sportler erfolgen.

Vor, während und nach dem Training stehen den Sporttreibenden keine Umkleiden oder Duschen zur Verfügung. Die Toiletten sind zugänglich.

Auch während der Pausen sind die Abstandsregeln einzuhalten. Gemeinsames Treffen und der Austausch bzw. Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder im Nachgang sind untersagt.

#### 4.1 Zusätzliche Regeln in vereinseigenen Sportstätten

Entfällt für unsere Abteilung.

#### 4.2 Zusätzliche Regeln in angemieteten Sportstätten

Sollten durch die Vermieter, der durch den SCN genutzten Sportstätten, gesonderte Hygieneregeln aufgestellt werden, sind diese unbedingt einzuhalten.

## 5 Individualsport

- entfällt für unsere Abteilung

Anlage:

Bestätigung der Belehrung (Vorlage)

Daten der Trainingsgruppe (Vorlage)

Teilnehmerliste (Vorlage für Verfahren A)

Teilnehmerliste (Vorlage für Verfahren B)