

## **Schutz- und Hygienekonzept für die Durchführung des organisierten Sports in der Abteilung Triathlon des Sportclubs Neubrandenburg e. V.**

Freigegebene Fassung vom 22.6.2020

### **1 Präambel**

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

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

Für die Ausübung des Sports bilden die Verordnung der Landesregierung M-V zum Übergang nach den Corona-Schutz-Maßnahmen (Corona-Übergangs-LVO MV) vom 8. Mai 2020 (GS Meckl.-Vorp. Gl.-Nr. B 2126-13-12), der Umlaufbeschluss 3/2020 vom 28. April 2020 der 44. Konferenz der Sportministerinnen und Sportminister der Länder sowie die damit verbundene Handlungsempfehlungen der Deutschen Triathlon Union für das Training im Triathlon und Duathlon die Grundlage.

Die Trainerinnen und Trainer sowie die Übungsleiterinnen und Übungsleiter werden entsprechend durch den Geschäftsführer oder den Abteilungsleiter belehrt. Die Sportlerinnen und Sportler werden durch die Trainerinnen und Trainer sowie die Übungsleiterinnen und Übungsleiter (Siehe Anlage: Belehrung) belehrt.

### **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 Krankenschreibung (egal welcher Ursache), Personen mit Symptomen wie Reizhusten, Atembeschwerden, Halsschmerzen, Kopf- und Gliederschmerzen, Fieber, Durchfall.

Des Weiteren ist die Rückverfolgbarkeit von Infektionsketten im Fall einer Infektion sicherzustellen. Dazu wird durch den Trainer/Übungsleiter für jede Trainingsgruppe eine dauerhafte Liste mit allen Mitgliedern der Trainingsgruppe einschl. Trainer/Übungsleiter/Helfern und mit den Kontaktdaten geführt.

Verfahren A:

Abmelden vom Training: Jeder Sporttreibende ist verpflichtet, sich bei Nicht-Teilnahme aufgrund von gesundheitlichen Einschränkungen, bei seinem Trainer oder Übungsleiter abzumelden. Erfolgt die Abmeldung aufgrund gesundheitlicher Einschränkungen, muss dies unbedingt mitgeteilt werden. Der Trainer/Übungsleiter führt entsprechende Aufzeichnungen über die Teilnahme bzw. Nicht-Teilnahme.

Verfahren B:

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

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.

### **3 Training**

Das Training erfolgt in festen Gruppen (ohne wechselnde Teilnehmer) und vorrangig im Freien. Bereits vor Beginn und auch nach dem Training ist auf die Einhaltung der allgemeingültigen Hygieneregeln zu achten. Das betrifft insbesondere die sonst üblichen Rituale (Begrüßung, Verabschiedung, in Trainingspausen, beim Wechsel der Trainingsgruppen, ...). Auch das Verweilen nach dem Training an und in der Sportstätte ist zu unterlassen. Das Benutzen der Duschen und Duschräume sowie der Umkleiden ist untersagt. Die Toiletten sind zugänglich. Der Sportler trifft bereits in Sportkleidung in der Sportstätte ein und nutzt seine eigenen (persönlichen) Trainingsmittel. Sollte der Austausch notwendig sein, hat eine Desinfektion zu erfolgen.

Der Aufenthalt von Eltern oder von Begleitern des Sportlers in der Sportstätte ist (vor, während und auch nach dem Training) nicht möglich.

Persönliche Absprachen mit dem Trainer/Übungsleiter sind zu vermeiden bzw. über Telefon oder alternative Kanäle vorzunehmen.

#### **3.1. Schwimmen**

Neben den Vorgaben des Betreibers der Sportstätten, was das Verhalten in der Sportstätte betrifft, sind auch beim Schwimmtraining selbst die Abstandsregeln (2,00 m) jeder Zeit einzuhalten. Das Schwimmtraining kann derzeit ausschließlich für den Kaderbereich NK2 und die Bundeskader abgesichert werden. Der Trainer führt das Training in Anlehnung der Vorgaben des Deutschen Schwimmverbandes durch.

#### **3.2. Radtraining**

Das Radtraining wird nahezu ausschließlich individuell nach Vorgaben des Trainers durchgeführt. Sollten Ausfahrten in der Gruppe erfolgen gelten die erweiterten Abstandsregeln. Gesonderter Hinweis: Der Austausch von Getränken in Radflaschen ist untersagt.

#### **3.3. Lauftraining/Athletiktraining**

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 Beginn des Trainings haben sich alle Sporttreibenden die Hände zu desinfizieren und ausschließlich eigene Trainingsmittel zu verwenden.

Training in den Disziplinen Lauf/Gehen können unter Einhaltung der Kontaktbeschränkungen und der weiteren Sicherheitsvorkehrungen bis 400 m umgesetzt werden. Ab 800 m können Läufe nur als zeitversetzte Einzelläufe durchgeführt werden. Bei Läufen auf der Rundbahn müssen mit Blick auf die Aerosol-Verteilung größere Sicherheitsabstände zwischen Sportlern und größere Zeitabstände zwischen aufeinanderfolgenden Läufen eingehalten werden. Beim Überholen ist eine Bahn zwischen den Athleten freizuhalten. Auch hier ist das Training im Freien und insbesondere im Gelände zu favorisieren.