

Organisationshilfe – Einstieg in die Wiederaufnahme des Hallensports - des Deutschen Turner-Bundes e.V. und seiner Landesturnverbände

Dies ist die Arbeitshilfe für DTB-Vereine für die Organisation von Bewegungs- und Sportangeboten für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben nach Öffnung der Sporträume in der Zeit der Corona-Pandemie.

1. Vereinsspezifisches Wiedereinstiegskonzept

- I. Hygienekonzept
- II. Konzeption der Trainingsgruppen
- III. Informationspolitik innerhalb des Vereins
- IV. Kontrolle der Umsetzung aller Vorgaben

2. Organisationshinweise für Trainingsstunden

Trainingsstunde in der Halle

Hinweise:

Im vorliegenden Dokument wird einheitlich von Übungsleiter*in / Übungsleiter*innen gesprochen. Diese Bezeichnung umfasst alle Personen, die Übungs- und Trainingsstunden leiten (Trainer*innen, Übungsleiter*innen, Gruppenhelfer*innen etc.).

Einleitung

Mit dieser Arbeitshilfe möchten der Deutsche Turner-Bund (DTB) und seine Landesturnverbände die Vereine unterstützen, wieder schrittweise in den organisierten Sport einzusteigen. Das Dokument bietet dabei eine Orientierung, aber es ist unabdingbar, dass sich die Vereinsverantwortlichen an die **jeweils geltenden behördlichen Vorgaben und die örtlichen Gegebenheiten anpassen müssen**.

Die Öffnung des Hallensports wird noch nicht in gewohntem Umfang und mit denselben Inhalten wie in Zeiten vor der Corona-Pandemie stattfinden können, dennoch kann hier bereits ein Sportangebot in veränderter Organisationsform und mit inhaltlichen Anpassungen begonnen werden.

Der vorliegenden Organisationshilfe liegen folgende Dokumente zu Grunde, deren Vorgaben strikt einzuhalten sind:

- Die zehn Leitplanken des DOSB
- DTB-Übergangsregeln
 - Übergangsregeln für Vereinsangebote im Fitness- und Gesundheitssport, inkl. Vereinsfitnessstudio (Stufe 1 und 2)
 - Übergangsregeln für Vereinsangebote der DTB-Sportarten (Stufe 1 und 2)
 - Übergangsregeln für Vereinsangebote Kinderturnen (Stufe 1 und 2)

Mit nachstehenden Hinweisen soll es unter Berücksichtigung der zehn Leitplanken des DOSB und der sportbereichsspezifischen DTB-Handlungshinweise/Übergangsregeln jedem Verein ermöglicht werden, ein vereinsspezifisches Konzept zur Öffnung der Sporträume zu erstellen. Es werden Handlungsfelder aufgezeigt, die dabei von den Vereinen bearbeitet werden müssen, immer unter Beachtung der gesetzlichen Vorgaben und der örtlichen Gegebenheiten.

Der Vereinsvorstand erstellt vor Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs ein vereinsspezifisches Wiedereinstiegskonzept, das folgende Punkte umfasst:

- I. Hygienekonzept
- II. Konzeption der Trainingsgruppen
- III. Informationspolitik innerhalb des Vereins
- IV. Kontrolle der Umsetzung aller Vorgaben

1. Vereinsspezifisches Wiedereinstiegskonzept

I. Hygienekonzept

Die allgemeinen Hygiene- und die geltenden Abstandsregeln sind jederzeit einzuhalten.

Es muss mit dem Träger der Sportanlagen geklärt werden, wer die Hygieneartikel bereitstellen muss und wer für die Reinigung verantwortlich ist (vereinseigene Anlage vs. öffentliche/schuleigene Sportanlagen).

1. Hygieneartikel bereitstellen

- Hand-Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt)
- Seife
- Einmal-Papierhandtücher
- Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt) für Gegenstände, Sportgeräte, Ablageflächen etc.

2. Regelmäßige Desinfektion der Hände und ggf. Füße

- Beim Zutritt auf das Sportgelände
- Nach dem Toilettengang
- Ggf. in der Pause
- Bei Barfußtraining sind auch die Füße zu desinfizieren.

3. Regelmäßige Desinfektion (vor/nach jeder Trainingsgruppe)

- Sportgeräte (Großgeräte, Kleingeräte, Matten etc.)
- Ablageflächen
- Türgriffe, Handläufe, etc.

4. Toiletten

- Toiletten bleiben geöffnet und werden regelmäßig (mind. nach jeder Trainingsgruppe) gereinigt und desinfiziert.

5. Umkleiden und Duschräume

- Bis der normale Trainingsbetrieb wiederhergestellt ist, bleiben Umkleiden und Duschräume geschlossen.
- Die Trainierenden kommen bereits in Sportkleidung zum Sportgelände.

6. Laufwege

- Falls es die örtlichen Gegebenheiten zulassen (Freigelände und Sporthalle), sollen zum Betreten und Verlassen des Sportgeländes verschiedene Ein- und Ausgänge benutzt werden.
- Ein- und Ausgänge sind ggf. durch Pfeile und Schilder zu kennzeichnen.

7. Gruppenwechsel

Die verschiedenen Trainingsgruppen sollten sich nicht begegnen:

- Ausreichend Zeit zwischen den Trainingsgruppen einplanen.
- Der/die Übungsleiter*in hat vorab dafür zu sorgen, dass die Sporttreibenden nicht gemeinsam, sondern mit Abstand das Sportgelände betreten.
- Sollte das Sportgelände noch geschlossen sein, so haben die Wartenden auf die Abstandsregel zu achten.
- Bringende bzw. abholende Eltern müssen ebenfalls Abstand untereinander wahren.
- Die Aufsichtspflicht von Minderjährigen muss dabei jederzeit gewährleistet bleiben.
- Auf zügiges Verlassen des Trainingsgeländes hinweisen.
- Die folgende Trainingsgruppe darf das Sportgelände erst betreten, wenn die vorhergehende Trainingsgruppe das Gelände vollständig verlassen hat.

- Gemeinsames Treffen und Austausch sowie Verzehr von Speisen und Getränken im Vorfeld oder Nachgang sind untersagt.
- Die Zeit zum Lüften (in der Halle) und zum Desinfizieren nutzen.

8. Abstand halten

- Der jeweils gesetzlich vorgegebene Mindestabstand (derzeit 1,5 m) ist immer einzuhalten, sowohl beim Betreten als auch Verlassen des Sportgeländes. Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft und diese weitreichender in den Raum hinein ventiliert wird, sind während des Trainings grundsätzlich 2,00 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten; bei Indoortrainings wird ein größerer Abstand von 2,00 bis 4,00 m empfohlen.
- Ggf. sind Markierungen als Orientierung anzubringen (z.B. Klebestreifen, Pylonen).
- In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten.
- Die Ablage des Equipments inkl. Trinkflaschen erfolgt in einer pro Person ausgewiesenen „Zone“, diese Bereiche können z.B. mit einem Hula-Hoop-Reifen, einem Springseil o.ä. markiert werden.
- Ggf. ist beim Kommen und Gehen Nasen-Mundschutz zu tragen.

9. Eigenes Equipment der Sporttreibenden (was kann mitgebracht werden)

- Yoga/ Gymnastik-Matte oder Handtuch (zur Unterlage)
- Ggf. Spiel- und Handgeräte
- Ggf. Trainingsmaterialien (z.B. Theraband, Hantel)
- Trinkflasche.

II. Konzeption der Trainingsgruppen

Die Gestaltung und Organisation der Übungsstunden ist immer von den örtlichen Gegebenheiten abhängig (Größe der Halle, Lüftungsmöglichkeiten, Zugangsmöglichkeiten, Verfügbarkeit Außengelände, Wetterbedingungen etc.). Daher muss in jedem Fall in den Vereinsvorständen abteilungs- und sportartenübergreifend ein neuer Stundenplan erstellt werden, um die Abläufe der einzelnen Trainingsgruppen zu koordinieren.

1. Größe

- Grundsätzlich: Starke Verkleinerung der Gruppengröße vornehmen, um Infektionsketten so niedrig wie möglich zu halten.
- Beachtung der behördlichen Vorgaben (wie viele Personen dürfen außerhalb des eigenen Hausstands zusammen sein?) und der jeweiligen sportbereichsspezifischen DTB-Übergangsregeln Kinderturnen, DTB-Sportarten, Fitness- und Gesundheitssport sowie der örtlichen Gegebenheiten zur Einteilung der Gruppengröße.
- Es wird darüber hinaus zusätzlich je nach Sportstätte empfohlen, pro 20 bis 40 qm nicht mehr als eine Person zuzulassen, um die Abstandsregel einzuhalten.

2. Einteilung

- Ggf. Bildung der Trainingsgruppen einer Sportart / eines Sportangebots losgelöst von den ursprünglichen Einteilungen (z.B. Personen, die im gleichen Haushalt leben (z.B. Geschwister), sollten bevorzugt miteinander trainieren).
- Feste Trainingsgruppen bilden, die auch in den kommenden Wochen beibehalten werden.
- Eine Durchmischung von Sporttreibenden und Übungsleiter*innen ist zu vermeiden.

3. Personenkreis

- Es dürfen ausschließlich die Übungsleiter*innen/Trainer*innen sowie die Teilnehmenden anwesend sein (keine Eltern, keine Zuschauenden), eine Ausnahme bilden die Angebote Babys in Bewegung und Eltern-Kind-Turnen.
- Die Teilnahme von Risikogruppen (gemäß Definition des Robert Koch-Institutes) am Sportbetrieb sollte mit Sorgfalt abgewogen werden (betrifft Übungsleiter*innen und Teilnehmende). Risikogruppen können durch Anbieter jedoch nicht immer – zumindest nicht pauschal – identifiziert werden. Es sind grundsätzlich alle Personen besonders zu schützen.

4. Anwesenheitsliste

- In jeder Trainingsstunde ist eine Anwesenheitsliste (Angaben: Datum, Ort sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon) durch den/die Übungsleiter*in zu führen, damit bei einer möglichen Infektion eines Sporttreibenden oder eines*r Übungsleiter*in die Infektionskette zurückverfolgt werden kann.
- Die Anwesenheitslisten sollten an einem festgelegten Ort gesammelt werden (z.B. im Vereinszimmer), eine zentrale Ansprechperson sollte benannt werden.
- Zu ergreifende Maßnahmen beim Corona-Verdachtsfall siehe Anlage „RKI Maßnahmen Corona Verdachtsfall Infografik“ am Ende dieses Dokuments.

5. Gesundheitsprüfung

- Eigentlich eine Selbstverständlichkeit: Nur gesunde und symptomfreie Sporttreibende nehmen am Training teil. Andernfalls ist eine Teilnahme nicht möglich.
- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen. Der/die Übungsleiter*in hat dies vor jedem Training abzufragen.

6. Fahrgemeinschaften

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

7. Erste-Hilfe

- Der Erste-Hilfe-Koffer sollte vorab kontrolliert und anschließend mit an den Trainingsort genommen werden.
- Bei gesundheitlichen Notfällen ist Erste-Hilfe zu leisten.
- Informationen zu Erste-Hilfe in Corona-Zeiten finden sich z. B. auf der Internetseite des Deutschen Roten Kreuzes (www.drk.de).

III. Informationspolitik innerhalb des Vereins

Es muss vor Aufnahme des Sportbetriebs sichergestellt sein, dass die Informationen alle Beteiligten erreichen:

1. Information aller Abteilungs- und Übungsleiter*innen

Der Vorstand informiert alle Übungsleiter*innen über die Vereinskonzption zur Wiederaufnahme des Vereinssports. Die Übungsleiter*innen bestätigen den Erhalt.

2. Information der Sporttreibenden

Alle Sporttreibenden bzw. bei Minderjährigen deren Eltern sind von ihren Übungsleiter*innen über die neuen Trainingsbedingungen, die Leitplanken des DOSB und die vereinspezifischen Regeln zu informieren. Dies muss vor Aufnahme des Trainingsbetriebs geschehen.

3. Mögliche Kommunikationskanäle

- Schriftliche Information per E-Mail oder Brief
- Aushang in vereinseigenen Sportstätten
- Homepage des Vereins
- Videokonferenz
- Vereinsmagazin

IV. Kontrolle der Umsetzung aller Vorgaben

Es ist unerlässlich, dass der Vereinsvorstand die Vorgaben und deren Umsetzung kontrolliert:

- Regelmäßiger Austausch mit den Übungsleitenden
- Regelmäßige Kontrolle der vorhandenen Hygieneartikel
- Sollte festgestellt werden, dass einige Punkte nicht umsetzbar oder zu verändern sind, muss ggf. in der Planung nachjustiert werden.

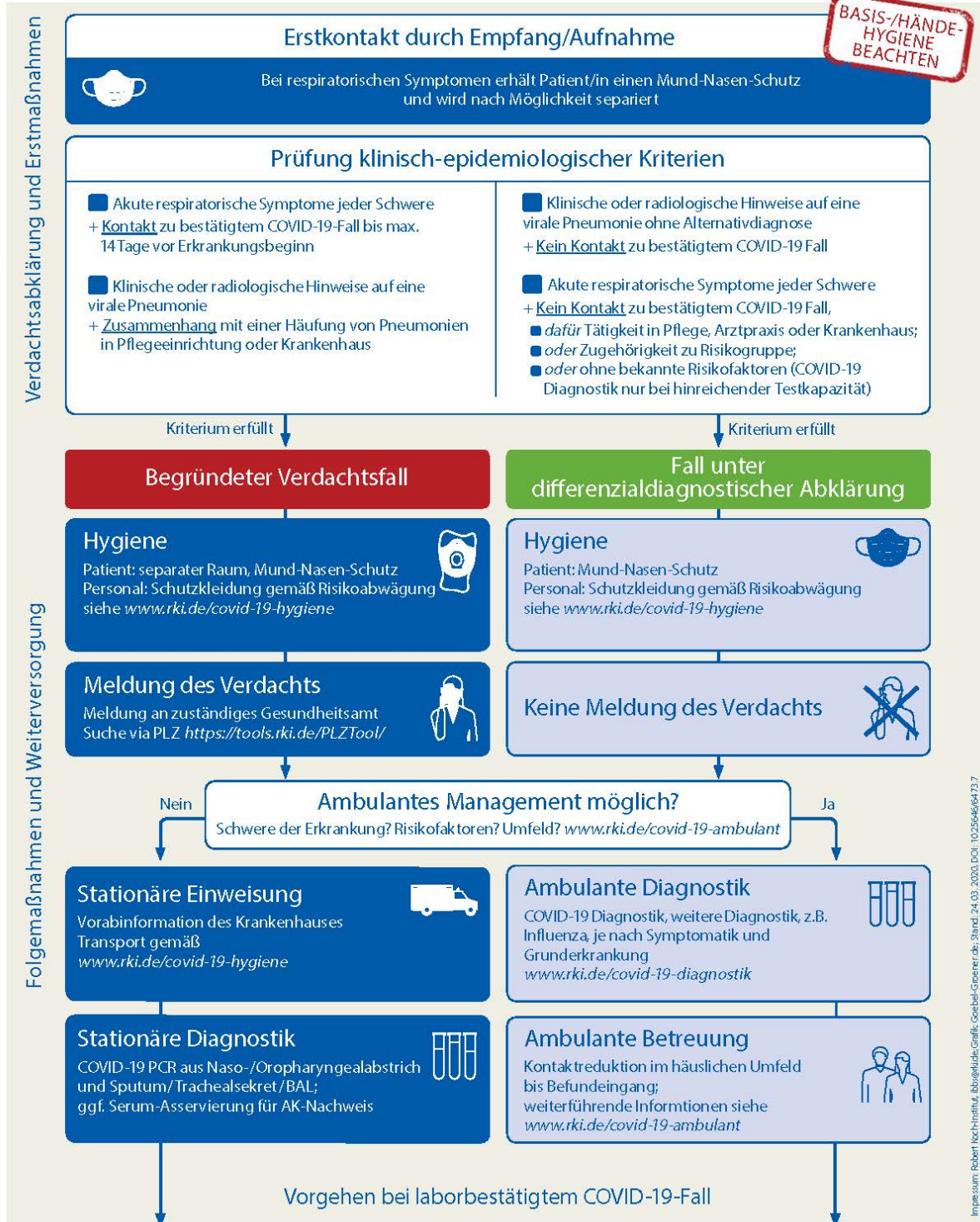
Trainingsstunde in der Halle

- Bei Hallentraining ist die Sporthalle vorab möglichst intensiv **durchzulüften**.
- Der **Aufbau der Turn- und Sportgeräte muss in jedem Training koordiniert und organisiert** werden. Dieser sollte mit möglichst wenigen Personen vorgenommen werden.
- Die **Abstandsregeln** von mindestens zwei Metern sind einzuhalten und es ist ein Nasen-Mundschutz zu tragen. Ausnahmen sind in den einzelnen Sportangeboten beschrieben.
- Wichtig ist, dass der/die Übungsleiter*in klare **Anweisungen an die Sporttreibenden** gibt, damit die Aufgabenverteilung verständlich ist.
- Bei kleinen Aufbauten oder Kraftzirkeln ist es eventuell möglich, dass der **Aufbau bereits vor Beginn des Trainings** vom jeweiligen Übungsleiter*in allein durchgeführt wird.
- Da in der Halle nun auch erweiterte Trainingsmöglichkeiten bestehen, ist der Trainingsplan so anzupassen, dass die Abstandsregel am Turngerät eingehalten werden kann.
- **Parallel kann ein Athletiktraining** (z.B. in Form von weiteren Stationen) durchgeführt werden, sodass es zu keinen Warteschlangen am Gerät kommt.
- Da vorerst **keine Hilfestellung** erlaubt ist (aufgrund der Abstandsregel), sollten daher im Training an den Geräten nur sicher beherrschte und/oder moderate Elemente geübt werden.
- Nach jedem Geräte- oder auch Stationswechsel sind auch hier die Oberflächen und Geräte zu reinigen und zu **desinfizieren**, bevor der nächste Sporttreibende an das Gerät geht.
- Generell sind die Trainingsformen und -inhalte in der Halle so zu wählen, dass die **Distanz gewahrt** und Körperkontakte vermieden werden können.



COVID-19: Verdachtsabklärung und Maßnahmen

Orientierungshilfe für Ärztinnen und Ärzte



Vorgehen bei laborbestätigtem COVID-19-Fall

Meldung bestätigter Fall

Meldung an zuständiges Gesundheitsamt
Gesundheitsamt via PLZ suchen:
<https://tools.rki.de/PLZTool/>



Meldung bestätigter Fall

Meldung an zuständiges Gesundheitsamt
Gesundheitsamt via PLZ suchen:
<https://tools.rki.de/PLZTool/>



Stationäre Behandlung



Ambulante Behandlung

weiterführende Informationen siehe
www.rki.de/covid-19-ambulant
Ggf. stationäre Einweisung je nach Schwere



Hinweise zur stationären Versorgung eines COVID-19-Falls

Stationäre Weiterversorgung



Therapie

Supportive Maßnahmen entsprechend Schwere der Erkrankung
Beratung zu klinischen Fragen über das zuständige STAKOB-Behandlungszentrum
Kontakt unter: www.rki.de/covid-19-therapie



Hygiene

Patient in Isolierzimmer, möglichst mit Vorraum
Schutzkleidung: Einmalschutzkittel, Handschuhe, Schutzbrille, geeigneter Atemschutz
www.rki.de/covid-19-hygiene



Patiententransport im Krankenhaus

Beschränkung auf unvermeidbare Transporte; Patient mit Mund-Nasen-Schutz
Schutzkleidung: Einmalschutzkittel, Handschuhe, geeigneter Atemschutz, ggf. Schutzbrille
www.rki.de/covid-19-hygiene



Reinigung und Desinfektion

Tägliche Wischdesinfektion mit Mittel mit begrenzt viruzidem Wirkungsbereich
www.rki.de/desinfektionsmittelliste, www.rki.de/covid-19-hygiene



Abfallentsorgung

Gemäß LAGA-Vollzugshilfe 18 nach Abfallschlüssel 180103 als „infektiöse Krankenhausabfälle“
www.rki.de/laga-18



Entlassung und Entisolierung

www.rki.de/covid-19-entlassungskriterien

Weitere Informationen: www.rki.de/covid-19