

# Hygienekonzept und Maßnahmen zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs in der Milsper Turnvereinigung von 1874 e.V.



Um den Wiedereinstieg in den Sportbetrieb nach den Maßgaben der Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 (Coronaschutzverordnung – CoronaSchVO) in der ab dem 20. Mai 2020 gültigen Fassung zu ermöglichen, hat der Geschäftsführende Vorstand der Milsper Turnvereinigung von 1874 e.V., das nachfolgende Hygiene- und Maßnahmenkonzept verabschiedet.

Grundsätzlich ist die Einhaltung des Gesundheitsschutzes aller beteiligten Personen unser vorrangiges Ziel.

Die hier niedergelegten Verfahren und Abläufe gelten verbindlich für alle Trainings- und Kursangebote der Milsper Turnvereinigung von 1874 e.V. und für alle Trainingsorte des Vereins. Grundlage für das Konzept sind die vom DOSB vorgegebenen „10 Leitplanken“. Diese werden ergänzt, durch die sportartspezifische Übergangsregeln der Spitzensportverbände.

Dieses Konzept gilt für alle Trainings- und Übungsgruppen der Milsper Turnvereinigung von 1874 e.V. und ist genauso, wie hier dargelegt, umzusetzen. Es gilt ab dem heutigen Tag und wird ggf. sofern entsprechende Regelungen es notwendig machen erweitert bzw. geändert.

Ennepetal, den 24.05.2020

Der Geschäftsführende Vorstand

**Dirk Baunscheidt,** Tel.: 02333 974775,  
**Erika Wagner,** Tel.: 02333 973447,

[dirk.baunscheidt@milsper-tv.de](mailto:dirk.baunscheidt@milsper-tv.de)  
[erika.wagner@milsper-tv.de](mailto:erika.wagner@milsper-tv.de)

## 1. Die 10 Leitplanken des DOSB:

### **DOSB Leitplanke 1: „Distanzregeln einhalten“**

Das bedeutet für uns: Die Mindestabstandregeln sind sowohl in der Halle wie auch im Freien einzuhalten. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Der Trainer/ÜL bzw. die Aufsichtsperson hält zu allen Teilnehmern immer einen Sicherheitsabstand von mindestens 2 Metern. Training ohne Anwesenheit des Trainers/ÜL bzw. einer Aufsichtsperson ist nicht möglich. Der Trainer/ÜL bzw. die Aufsichtsperson dokumentiert die Anwesenheit der Sportler/-innen namentlich in dem dafür bereitgestellten Formblatt. Dies ist strikt einzuhalten, damit für den Fall einer Infektion die Zahl der Kontaktpersonen so gering wie möglich ist und sehr schnell und fehlerfrei ermittelt werden kann. Der Zugang zur Halle erfolgt auf Basis der Anlagen- bzw. Hallenbelegungspläne. Die Zeitpläne/Einteilungen werden von den Abteilungen in Zusammenarbeit mit der Geschäftsstelle erstellt und vor dem Wiedereinstieg in den Trainingsbetrieb kommuniziert. Es ist eindeutig festzulegen, wo Eingang und Ausgang der Halle sind. Wenn Ein- und Ausgang identisch ist, sind Regelungen zu treffen, dass auf den Verkehrswegen der Sicherheitsabstand eingehalten wird. Nur die Sportler/innen sowie der Trainer/ÜL/ die Aufsichtsperson dürfen die Halle betreten, keine Begleitpersonen, wie z.B. Eltern, die ihre Kinder fahren. Aufenthaltsbereiche für Pausen sind zu kennzeichnen. Die Sportler/innen dürfen nur kleine Taschen/Rucksäcke für eigene Geräte, Getränk, (Schweiß-)Handtuch ggf. Wechsel-Shirt mit in die Halle bringen. Diese Dinge lagern im Aufenthaltsbereich. ·

### **DOSB-Leitplanke 2 „Körperkontakt müssen unterbleiben“**

Das bedeutet für uns: ·Auf körperliche Kontakte (z.B. Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen, Jubeln oder Trauern in der Gruppe usw.) wird komplett verzichtet. In den Sportarten, in denen Körperkontakt möglich ist, soll dieser durch die eine entsprechend Gestaltung des Trainings vermieden werden. ·

### **DOSB-Leitplanke 3 „Mit Freiluftaktivitäten starten“**

Das bedeutet für uns: ·Sport und Bewegung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten, im Freien durchgeführt werden. Hallen und Trainingsräume benötigen intensive Lüftung der Halle vor und nach jeder Trainingseinheit (Türen, Fenster, Rauchabzüge öffnen und möglichst für Durchzug sorgen).

#### **DOSB-Leitplanke 4 „Hygieneregeln einhalten“**

Das bedeutet für uns: ·Nicht ins Gesicht fassen, kleines Handtuch zum Schweiß abwischen mitbringen. ·Husten und Niesen in die Ellenbeuge oder in ein Taschentuch, welches sofort danach in einem geschlossenen Mülleimer bzw. einer eigenen Abfalltüte entsorgt wird. ·

Alle Teilnehmer waschen sich nach Betreten und vor dem Verlassen der Halle, mind. 20-30sec. mit Seife und Wasser die Hände. Handdesinfektion nach Kontakt zu potenziell infektiöser Oberfläche (v.a. Türklinke, Klobrille, Wasserhahn etc.) und nach dem ·Auf- und Abbau von Sportgeräten- und Anlagen. Generell sollten Übungen ohne die Nutzung von Geräten bevorzugt werden. Wenn Geräte genutzt werden, sollten diese von möglichst wenigen Personen auf- und abgebaut werden. Benutzte Geräte werden bei Bedarf, spätestens nach der Nutzung desinfiziert.

#### **DOSB-Leitplanke 5 „Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen“**

Das bedeutet für uns: ·Die Sportler/-innen erscheinen umgezogen zur jeweiligen Trainingseinheit. Die Umkleiden und Duschen sind geschlossen und werden nicht genutzt. Duschen und Umziehen erfolgt zu Hause, nicht in der Halle. Toiletten sind in den Sportstätten nach Nutzung zu desinfizieren.

#### **DOSB-Leitplanke 6 „Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen“**

Das bedeutet für uns: ·Die Anreise zur Sportstätte erfolgt individuell. Hier sind die Teilnehmer/-innen für die Einhaltung der Regeln selbst verantwortlich. Die Verantwortung des Vereins beginnt erst mit dem Betreten der Sportanlagen durch die Sportler.

#### **DOSB-Leitplanke 7 „Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen“**

Das bedeutet für uns: ·Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Ebenso wird, bis mindestens zum 31.08.2020, auf den Liga- oder Wettkampfbetrieb in allen Sportarten verzichtet.

#### **DOSB-Leitplanke 8 „Trainingsgruppen verkleinern“**

Das bedeutet für uns: Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.

Generell gelten die allgemeinen Abstandsregeln (1,5m bzw. 10qm/Person).

Werden durch den jeweiligen Fachverband besondere Abstandsregeln oder Gruppengrößen empfohlen, wenden wir diese natürlich auch an. Entsprechend dieser Regeln wird die Teilnehmerzahl an den Trainingsstunden bzw. den Kursangeboten abhängig von der Größe des jeweiligen Trainingsortes festgelegt. Die Höchstgrenzen müssen eingehalten werden. Lösungen, um dennoch die Teilnehmerzahlen zu bedienen, die bisher in den Trainingsstunden bzw. Kursen anwesend waren, werden zwischen den Abteilungsleitungen, den Trainern/ÜL und dem Geschäftsführenden Vorstand erarbeitet (z.B. Halbierung der Trainingszeit und Teilung der Gruppen, ggf. Nutzung der Sportanlagen zu anderen Zeiten oder am Wochenende sofern möglich, um den Trainingsbetrieb zu entzerren und Gruppen zu verkleinern).

#### **DOSB-Leitplanke 9 „Angehörige von Risikogruppen besonders schützen“**

Das bedeutet für uns: Angehörige von Risikogruppen sind besonders zu schützen. Für Angebote für diesen Personenkreis ist ein besonderer Schutz vorzusehen (z.B. Individual- oder Kleinstgruppentraining mit größtmöglichem Abstand). Zunächst bis zum 31.08.2020 wird das Training im Freien angestrebt.

#### **DOSB-Leitplanke 10 „Risiken in allen Bereichen minimieren“:**

Das bedeutet für uns: Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

Jede Teilnahme an Angeboten des MTV ist freiwillig. Die Entscheidung über eine Teilnahme liegt ausschließlich in der Eigenverantwortung des Teilnehmers bzw. der Erziehungsberechtigten. Der Trainingsbetrieb findet im Rahmen der abgestimmten Belegungspläne des Vereins und ausschließlich unter Anleitung eines Übungsleiters/ Trainers bzw. einer sonstigen Aufsichtsperson des Vereins statt.

Es wird höchstes Verantwortungsbewusstsein von Aktiven und Vereinen hinsichtlich der Einhaltung der Maßnahmen gefordert.

## 2. Umsetzung der Leitplanken und der sportartspezifischen Regeln in den Sportalltag:

### 1. Voraussetzungen der Teilnehmer/-innen zur Teilnahme an den Sportkursen

- Die Teilnahme am Training ist freiwillig, die Entscheidung dazu liegt in der Eigenverantwortung der Teilnehmer bzw. derer Erziehungsberechtigten
- Jeder Teilnehmer fühlt sich körperliche Fit
- Es kommen nur absolut symptomfreie Personen zum Training
- Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Vorerkrankungen, die ein Risiko darstellen
- Maskenpflicht vor- und nach der Sporeinheit solange die Teilnehmer/-innen sich in Innenräumen befinden
- Die Hygienemaßnahmen werden eingehalten (vor und nach Betreten der Sportanlagen Hände waschen, Abstand halten)
- Die Teilnehmer/-innen bringen Handtücher mit die – deren Nutzung vorausgesetzt - über die Matten bzw. Gymnastikunterlagen gelegt werden
- Die Teilnehmer erscheinen möglichst zeitgenau zu Übungsbeginn an den Sportstätten.

### 2. Maßnahmen in den Sportstätten

- Der Eintritt in die Sportstätte erfolgt nacheinander unter Einhaltung der Abstandsregeln
- Zwischen den Trainings- und Übungseinheiten liegt grundsätzlich eine 15minütige Pause, die zum Verlassen/Betreten des Raumes sowie zum Lüften und Herrichten der Anlage genutzt werden soll.
- An den Sportstätten wird sowohl Handdesinfektionsmittel wie auch Mittel zur Oberflächendesinfektion zur Verfügung gestellt.
- In den Toiletten stehen Handseife und Handtuchpapier zur Handhygiene zu Verfügung
- In den Innenräumen sind die Abstandsregeln durch die Teilnehmer/-innen strikt einzuhalten
- Das Tragen einer Mund-/Nasenbedeckung ist in den Innenräumen vor und nach der Sporeinheit Pflicht
- Sportarten, bei denen Körperkontakt nötig ist, müssen ein alternatives und kontaktloses Trainingsprogramm anbieten
- Die Teilnehmer/-innen verlassen direkt nach der Beendigung des Sportprogrammes das Sportgelände wieder

- Die geltenden Regularien werden in den Sportstätten in Kurzform als Infotafeln ausgehängt. Auf der Homepage des MTV werden die Regeln ebenfalls gut sichtbar für die Mitglieder zur Information platziert.
- Soweit möglich erhält jedes Mitglied die Hygieneregeln des Vereins per Mail.

### **3. Vorbereitende und begleitende Aktivitäten der Trainer/-innen/ÜL:**

- Einen etwaigen Aufbau von Materialien (Matten, Fitnessgeräte etc.) übernehmen die Trainer/Übungsleiter vor Beginn der Sporteinheit
- Dabei werden die Materialien so bereitgestellt, dass die Trainierenden die Mindestabstände während des Trainings einhalten können
- Nach der Einheit werden alle Geräte und Matten desinfiziert
- Teilnehmer/-innen können eigenes Material mitbringen. Sie sind dann für die Pflege und Desinfektion der Materialien selbst zuständig und dürfen diese nicht an andere Teilnehmer abgeben
- Der Trainer/in/ÜL führt eine Teilnehmerliste, in die die Teilnehmer eingetragen werden müssen. Dort wird auch der aktuelle Gesundheitszustand festgehalten. Die Listen werden für ca. 4 Wochen aufbewahrt
- Auch der Trainer/-in/ÜL hält den Sicherheitsabstand zu den Trainierenden
- Korrekturhinweise an die Aktiven erfolgen ausschließlich verbal
- Keine Partnerübungen
- Kein Helfen und Sichern durch ÜL/Trainer/-innen und Mittrainierende. (Hilfeleistung ist zum Schutz der Athleten/-innen erlaubt (verpflichtend!), wenn erkennbar ist, dass der/die Athletin Schaden nehmen könnte.)
- Trainingsformen und -inhalte wählen, bei denen Distanz gewahrt und Körperkontakte vermieden werden können
- Für alle Sportgruppen, bei denen es üblicherweise zu Körperkontakt kommen kann (beim MTV Faustball, Volleyball, Fußballtennis, Parkour) muss ein alternatives Training angeboten werden (Zirkeltraining, Laufen, Athletiktraining, Krafttraining, Einzeltraining am Ball etc.)
- Gruppen, die diese Vorgaben nicht erfüllen, bleiben erst einmal geschlossen.

### 3. Einzelregelungen für die Sportarten

Zusätzlich zu den vorab beschriebenen, allgemeinen Maßnahmen gelten für die einzelnen Sportarten die jeweiligen [sportartspezifischen Übergangsregeln der Spitzensportverbände](#) in der am Tage der Übungsstunde geltenden Fassung.

Insbesondere:

- Deutscher Turnerbund: [Sportarten](#) / [Organisationshilfe für DTB-Vereine](#) / [Kinderturnen](#) / [Fitness- und Gesundheitssport](#)
- [Deutscher Leichtathletikverband](#)
- [Deutscher Kanuverband](#)
- Deutscher Volleyball-Verband ([Übergangsregeln](#) / [Handlungsempfehlungen](#))

Werden Übungen oder Angebote anderer Fachverbände in den Trainingsbetrieb eingebunden, sind auch die entsprechenden Übergangsregeln dieser Fachverbände anzuwenden.