

# Leitkonzept Hygienemaßnahmen

Auch in dieser schwierigen Zeit möchten wir – Dein NTB – ein aktiver Partner in der Krise für Dich und Deinen Turnverein sein. Dieses Leitkonzept Hygienemaßnahmen soll dazu dienen, die notwendigen Hygienemaßnahmen bzw. Schutzmaßnahmen aufgrund der Corona-Epidemie in Deinem Turnverein umzusetzen. Die nachstehenden Punkte sind nur vom NTB erarbeitete Vorschläge; selbstverständlich sind regionale/kommunale und sportartbezogene Abwandlungen sinnvoll! Auch die jeweils kommunale Auslegung/Verordnung der behördlichen Verordnung sind separat zu betrachten.

Diese Übersicht wird in den nächsten Tagen/Wochen – vor allem nach Änderungen in den Vorgaben und Verordnungen – stetig aktualisiert. Die letzten Änderungen sind immer in roter Schriftfarbe (**wie dieses Beispiel**) gekennzeichnet, so dass Du einen schnellen Überblick über Ergänzungen und Änderungen hast.

## Empfehlungen anhand der DOSB-Leitplanken

### 1) Distanzregeln einhalten

Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.

- Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft ventiliert wird, sind mindestens 2,00 bis 4,00 m Abstand zu allen anderen Personen einzuhalten.
- Es ist sich grundsätzlich strikt an die behördlichen Anordnungen für öffentliche Räume zu halten.
- Bei Gruppenwechsel genügend Zeit einplanen, sodass sich die Gruppen nicht treffen.
- Wenn möglich getrennte Ein- und Ausgänge nutzen.

### 2) Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z.B. in Sportsportarten, sollte unterbleiben.

- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe.
- Kein Helfen und Sichern durch Trainer/innen und Mittrainierende.  
Die Übungsleitung gibt keine Hilfestellung, sondern lediglich mündliche Anweisungen

### 3) Freiluftaktivitäten präferieren / Mit Freiluftaktivitäten starten

**Es wird geraten, Freiluftaktivitäten zu präferieren und möglichst zahlreiche Sport-/ Bewegungsangebote im Freien anzubieten.**

- Trainingszirkel, CyclingBikes, u. ä. können im Außengelände aufgebaut werden unter Wahrung der Abstands- und Hygieneregeln.

#### 4) Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden oder – im Idealfall – die gemeinsame Nutzung von Sportgeräten sollte vermieden werden.

- Waschgelegenheit und Seife bereitstellen, um Händewaschen vor und nach dem Training zu gewährleisten (nur für das Training an der Sportstätte möglich).
- Eigene Matte oder zumindest ein großes Badetuch mitbringen und über die Matte legen.
- Auf die Nutzung von Kleingeräten verzichten bzw. nur eigene Kleingeräte nutzen oder nur mit dem eigenen Körpergewicht trainieren.
- Zusätzliche Hygienemaßnahmen – wenn Kleingeräte trotzdem genutzt werden, dann vor und nach Gebrauch desinfizieren (dafür eigenes Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt) oder mehrfach verwendbare medizinische Desinfektionstücher mitbringen/vorhalten).
- Alle Mülleimer der Sportstätte müssen regelmäßig geleert werden.

#### 5) Umkleiden und Duschen zu Hause

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird vorerst ausgesetzt. Die Gastronomiebereiche bleiben geschlossen, ebenso wie die Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume.

- In Sportkleidung zum Training gehen.
- Keine Nutzung von Garderoben, Duschen, Gemeinschaftsräumen.
  - Zugänge zu Waschmöglichkeiten für Hände mit Seife (s.o.) sicherstellen und dort allgemeine Hygieneregeln aufhängen

#### 6) Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans. Zudem ist auf touristische Sportreisen zu verzichten.

#### 7) Veranstaltungen wie Mitgliederversammlungen und Feste unterlassen

Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Die Bundesregierung hat es Vereinen kurzfristig gestattet, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen in den Vereinen untersagt. Nicht gestattet sind zunächst auch sportliche Wettbewerbe.

- Teilnehmer kommen möglichst passend zum Kursbeginn (max. 5 min früher).
- Teilnehmer verlassen mit ihren Kindern nach Beendigung umgehend die Sportstätte.
- Jegliches Treffen und Austausch vorher und im Nachgang sind untersagt.
- Der gemeinsame Verzehr von Speisen und Getränken ist untersagt.
- Auch beim Kommen und Gehen sind die Abstandsregeln einzuhalten.

#### 8) Trainingsgruppen verkleinern

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.

- Feste Trainingsgruppen bilden, grundsätzlich so klein wie möglich. Es wird empfohlen, nicht mehr als 10 Personen pro Gruppe zuzulassen.
- Feste Zuordnungen der Übungsleitenden zu den Trainingsgruppen sind – wenn möglich – vorzunehmen.
- Eine Übungsleitung soll möglichst nicht mehr als 5 Gruppen betreuen.

**9) Angehörige von Risikogruppen besonders schützen**

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

- Die Gesundheit geht immer vor.
- Zur Risikogruppe gemäß RKI könnten Übungsleitungen, Eltern und ihre Kinder, aber auch Angehörige gehören. Risikogruppen können durch Anbieter nicht pauschal identifiziert werden. Es sind somit alle Personen besonders zu schützen.

**10) Risiken in allen Bereichen minimieren**

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.

- Eine Übungsleitung im Kinderturnen betreut keine weiteren Übungsgruppen für Risikogruppen, z.B. Sport mit Älteren.
- Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten sind zu führen. (Angaben: Datum, Ort sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon)
- Selbstverständlichkeit: Nur, wer in eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen.
- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Zeugnis wieder am Training teilnehmen.



---

**weiterführende Empfehlungen/Hinweise**

**a. Corona-Beauftragten**

Analog eines Datenschutz- und Ehrenamts-Beauftragten sollte möglichst jeder Sport- und Turnverein einen Corona-Beauftragten benennen, der auch offiziell durch den Vorstand berufen wird. Diese/r ist zuständig für

- die Einhaltung aller behördlichen Auflagen,
- die entsprechende Umsetzung für den Turnverein und
- die Beantwortung/Bearbeitung sämtlicher „Corona“ betreffenden Themen.

Der Corona-Beauftragte braucht keine Vorkenntnisse oder fachliches Wissen. Die Person sollte

- über alle Maßnahmen des Vereins Bescheid wissen.
- die Umsetzung der Hygienemaßnahmen (s.o.) begleiten bzw. durchführen (bspw. Abstand-/ Verhaltensregeln und Hygieneregeln durch Plakate/Aushänge verdeutlichen)
- die Abteilungen/Abteilungsleitungen sowie Übungsleitenden über Abstands- und Hygienerichtlinien informieren bzw. belehren
- die Umsetzungskonzepte der einzelnen Sportgruppen/Abteilungen zur Wiedereinführung des Sportbetriebes genehmigen und ggf. abzulegen (auch als Einwandvorbehandlung falls das Gesundheitsamt nachfragen sollte)
- sich um die Beschaffung der notwendigen Desinfektionsmittel kümmern.

#### **b. Dateien im Internet**

- Auf der Seite [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) der BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) werden kostenfreie Infografiken wie bspw. 10 Hygiene-Tipps, 5 Tipps zum Händewaschen) zum Download und Einsatz auf Sportanlagen angeboten  
Direktlink: <https://www.infektionsschutz.de/mediathek/infografiken.html>
- Auf der Seite [www.NTBwelt.de/corona-service](http://www.NTBwelt.de/corona-service) hat der Niedersächsische Turner-Bund zahlreiche kosten- und rechtfreie Grafiken für die Vereine online gestellt (siehe ganz unten auf der Seite!).  
Dort findet man ebenfalls die aktuelle Verordnung vom Land Niedersachsen sowie zahlreiche Handlungsempfehlungen/Tipps des Niedersächsischen Turner-Bundes sowie des Deutschen Turner-Bundes; diese werden auch stetig aktualisiert.

#### **c. Sonstiges**

- Auf der Seite [www.NTBwelt.de/corona-faqs](http://www.NTBwelt.de/corona-faqs) hat der Niedersächsische Turner-Bund eine umfangreiche FAQ-Sammlung online gestellt, die auch zukünftig noch aktualisiert und ergänzt wird.
- Aufgrund der aktuellen Corona-Thematik hat der Niedersächsische Turner-Bund die Online-Informationsveranstaltungsreihe Dialog.NTB ins Leben gerufen. Dabei steht jeder Dialog.NTB unter einem gewissen Thema/Schwerpunkt, der sich u.a. nach den aktuellen Corona-Entwicklungen und den daraus resultierenden Empfehlungen/Verordnungen für den (Turn-) Sport richten wird. Zusätzlich wird es einen "kleinen Rahmen" zum Dialog geben, bei dem die eigenen Fragen gestellt werden können. Dienstags findet jeweils Dialog.NTB mit sportlich-fachlichen Schwerpunkt statt und donnerstags mit Schwerpunkt „Vereinservice“. Der Beginn ist jeweils um 19:00 Uhr. Die Veranstaltungen sind kostenfrei.  
Mehr Informationen unter [www.NTBwelt.de/dialog](http://www.NTBwelt.de/dialog)

Stand dieser Datei:  
02. Juni 2020