

Richtlinien zur schrittweisen Öffnung der Sportanlagen nach dem Corona-Lockdown.



Liebe Mitglieder und Übungsleitenden,

Hier geben wir nun Richtlinien heraus, um die folgenden Wochen möglichst sicher unseren Sportbetrieb wieder aufzunehmen. Angelehnt sind diese Regeln an den „Leitplanken“ des DOSB.

- **Distanzregeln einhalten** - Ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen den anwesenden Personen ist verpflichtend und trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand eventuell auch großzügiger zu bemessen.
- Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen, bei Bedarf mit Eingang und Ausgang geregelt werden.
- **Es werden Listen über alle Teilnehmer geführt** – hierbei werden Name, Telefonnummer und Uhrzeit (nur) durch den Übungsleitenden protokolliert. Dies dient bei der Rückverfolgung eines eventuellen Corona Vorfalles. Listen werden an die ÜLs versendet und sind aufzubewahren.
- **Körperkontakte müssen unterbleiben.** Sport und Bewegung müssen kontaktfrei durchgeführt werden. **Kein Händeschütteln oder Abklatschen!**
- Die Austragung von Zweikämpfen, z.B. in Spielsportarten ist untersagt.
- **In Zweikampfsportarten kann nur Individualtraining stattfinden.**
- **Mit Freiluftaktivitäten starten** - 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 werden, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten, nur im Freien durchgeführt. ÜL können sich auf der Raumbelungsseite über freie Termine informieren.
- **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.** **Desinfektionsstationen werden am Eingang der Sportstätten platziert.**
- In einigen Sportarten kann der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll sein.
- **Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen.** Die Nutzung von Umkleiden, Toiletten und Duschen in den Sportstätten wird vorerst ausgesetzt.
- **Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen.** In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training verzichtet werden.
- **Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen** - Um die Distanzregeln einzuhalten, werden derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen in den Vereinen untersagt.
- **Nicht gestattet sind zunächst auch sportliche Wettbewerbe.**
- **Trainingsgruppen verkleinern** - Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (bis zu 5 Personen, maximal 10 Personen bei Sportarten, bei denen die Teilnehmer an einem Platz bleiben; z.B. Yoga, Gymnastik), wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert. **Im Optimalfall sollten diese Gruppen auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, um im Falle einer Ansteckung eine kleinere Gruppe mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.**
- **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. Individualtraining kann eine Option sein.
- **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.

Bei Fragen, die sicherlich aufkommen, stehe ich gerne zur Verfügung! Benutzt bitte die DJK-APP um euch über den aktuellen Sachstand zu informieren und euch mit Euren ÜLs über die Gruppenbildung auszutauschen.

Freundliche, sportliche und gesunde Grüße

Günther Kaspari, DJK Oberwesel, Vorsitzender