

Köln, 03.06.2020 (Corona-TuS-Info Nr. 8)



Liebe Sportlerinnen und Sportler,

die kommunalen Sporthallen in Köln werden **ab Freitag 05. Juni** wieder für den Breitensport frei gegeben.

**Dies gilt jedoch noch nicht für alle Hallen**, da teilweise Lehrerzimmer oder Prüfungsräume in den Sporthallen eingerichtet sind.

• **Bislang frei gegeben:**

- Realschule Kuckucksweg 4, **Sporthalle 1 + 2**
- IGS Gesamtschule Sürther Straße 191- Rodenkirchen-Michalshoven
- Haus der Familie - Rondorf
- **Cäsarstraße Bayenthal > noch gesperrt**
- Adlerstraße Rondorf/Hochkirchen > **wartet offizielle Freigabe**
- Godorfer Straße 29 Immendorf  
FvS Grundschule Sporthalle Immendorf **wartet offizielle Freigabe**

Orientierungshilfe zum Sportbetrieb auf Grundlage der CoronaSchVO gültig ab 30.05.2020



Sportbetrieb	Sportraum		Gruppengröße	Kontaktart		Zuschauer	Hygiene	
	drinnen	draußen		mit Körperkontakt	ohne Körperkontakt		spezielles Hygiene- und Infektionsschutzkonzept	allg. Hygiene-Vorschriften*
Kontaktfreier Sport- und Trainingsbetrieb	✓	✓	Mindestabstand 1.5 m (ca. 10 qm/Person)	✗	✓	draußen: max. 100 drinnen: Elternbegleitung	✗	✓
Nicht- kontaktfreier Sport- und Trainingsbetrieb	✗	✓	max. 10	✓	✓	max. 100	✗	✓ ausgenommen Mindestabstand Sportler

**Nicht kontaktfreie Sportarten in diesem Sinne sind:**

VB, BB, Futsal, InlineSkaterhockey > **nur outdoor!**

**Kontaktsport in Sporthallen bleibt verboten!**

## Verhaltensregeln - Übersicht

Es gibt jedoch bereits jetzt einige Auflagen, an die wir uns halten müssen. Eure Übungsleitungen und Sporthelfer sind bereits darüber informiert, worauf sie zu achten haben und wie sie die Übungsstunden gestalten sollen. Wir haben seitens des Vereins für rund 1000€ Handdesinfektionsmittel und Flächendesinfektionsmittel geordert und an die aktiven Sportgruppen (Übungsleitungen) verteilt.

Für Euch gibt es auch einige Änderungen, daher soll der Ablauf beim Betreten der Sportstätte (Halle oder im Freien) hier kurz geschildert werden.

1. Die Sportler erscheinen **frühestens fünf Minuten** vor Trainingsbeginn an der Trainingsstätte, damit es zu keinen Ansammlungen von Wartenden kommt und die Vorgruppe Zeit hat, die Sportstätte auf den festgelegten Wegen zu verlassen.
2. Auf dem Weg zur/von der Sporthalle/Sportstätte Mund-Nase-Bedeckung (MNB) aufsetzen.
3. Mit Betreten Sporthalle/Sportstätte > Durchführen der **Handdesinfektion**. (Spender sind vorhanden > Übungsleiter)
- Ä 4. **Die Nutzung der Umkleieräume und Duschen ist wieder genehmigt > 1,50 m Abstand, Zutritt muss durch Übungsleitung gesteuert werden.** Maximalbelegung Duschen, Umkleieräume und WC's beachten.
5. Nach Betreten der Trainingsstätte wird direkt und unterbrechungsfrei der **Weg zur Trainingsfläche** genommen.
- Ä 6. KEINE Rucksäcke Schuhe etc in den Gängen abstellen
7. Kontrollieren der Anwesenheitsliste, Einteilen in max 10er Gruppen  
Eintragen von Namen und Telefonnummer.
8. Kampfsport: Zum Angrüßen in üblicher Reihung mit mindestens **1,5 Metern Abstand** aufstellen
- Ä 9. **Kein Kontaktsport in den Sporthallen!**
10. **Kontaktsport bis 10 Personen je Trainingsgruppe NUR im Freien.**
11. Alle Gruppen: In der Halle verteilen, 3-4 m Abstand, je nach Intensität der Sportart ca 8 m<sup>2</sup> - 20 m<sup>2</sup>. Anschließend übernimmt die/der Übungsleiter/in die weitere Koordination.
12. **Zum Ende der Übungsstunde sind gemeinsam genutzte Sportgeräte zu desinfizieren, ebenso abschließend die Hände, MNB anlegen.**  
Mit Abschluss der Sportstunde soll die Trainingsstätte unmittelbar verlassen werden, ohne sich ausgedehnt zu verabschieden.
13. Hallen zum Sportstundenende 10 min Lüften (Oberlichter, Notausgänge ...)
14. **Die Sporthallennutzungen enden spätestens 21:50 h! > dann müssen alle die Hallen nebst Umkleiden etc verlassen haben!**

Wir hoffen dass mit der kurzen Checkliste dem Infektionsschutz und den Regeln und Gesetzen Genüge getan wird. Wenn Ihr Fragen habt zum Thema Auflagen beim Trainingsbetrieb, dann könnt Ihr euch gerne an Eure Trainer oder an Euren Vereinsvorstand wenden.

Das gesamt Schutzkonzept mit Einbahnregelungen für alle Sportstätten hat ca 20 Seiten und wird ergänzt durch die sportartspezifischen Regelungen.

[https://www.dropbox.com/sh/s5je2hfog7xd5si/AAAfUvyDRKA3RZHbeal\\_Ne3Aa?dl=0](https://www.dropbox.com/sh/s5je2hfog7xd5si/AAAfUvyDRKA3RZHbeal_Ne3Aa?dl=0)

**Über die Freigabe zur Nutzung der restlichen Sporthallen informiere ich die ÜL per whatsapp.**

Mit sportlichen Grüßen

Karl-Heinz Muhs  
TuS Rondorf e.V.  
1.°Vorsitzender und Jugendwart

## Checklisten + Leitfaden für Übungsleitungen und Sporthelfer (und Sportler)

### Allgemeine Rahmenbedingungen zum Sportbetrieb:

- Eine Einweisung in die Hygienebestimmungen des Vereins ist erfolgt.
- In einem Reinigungs- und Desinfektionsplan ist geregelt, wer für die Hygiene in den genutzten Räumlichkeiten/Flächen zuständig ist.
- Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben angepasst/verkleinert. Als empfohlene Maßgabe gilt je nach Intensität des Sports eine Fläche von wenigstens 10m<sup>2</sup> pro Teilnehmenden.
- Für das Training im Kontaktsport im Freien ist die max. Gruppengröße von 10 Personen vorgeschrieben. Größere Gruppen müssen stets komplett getrennt trainieren.
- Die Sporteinheiten sollten möglichst in gleichbleibender Besetzung stattfinden (fester Teilnehmerkreis).
- Zur Verletzungsprophylaxe sollte die Intensität der Sporteinheit an die Gegebenheiten (längere Trainingspause der Teilnehmenden/Athlet\*innen) angepasst werden.
- Reserve - Mund-Nasen-Schutzmasken und Einmalhandschuhe (Flächendesinfektionsmittel) sind in ausreichender Menge vorrätig.
- Anwesenheitslisten für Trainingseinheiten und Sportkurse sind zu führen und täglich an den Vorstand zu übermitteln, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können

## Vor der Trainingseinheit – Checkliste:

**!!! Sporthallen bleiben verschlossen!!!**

**Alle persönlichen Bekleidungsstücke kommen in eine Sporttasche und die kommt in die Sporthalle!**

**Der Sanitätsraum ist ein Sanitätsraum und KEINE Umkleide!**

- In der Halle MNB bis zur Sportfläche!
- Handdesinfektionsspray am Eingang bereitstellen, Hallenzugang organisieren (Stau´s...)
- Teilnehmerlisten Kontaktdaten aktualisieren
- ÜL/Sporthelfer + Gruppen / Stationen einteilen
- Gesundheitsabfrage: „Sind alle ...“; Teilnehmende mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT teilnehmen.
- Bei **jeglichen** Krankheitssymptomen der Übungsleitungen/Sporthelfer ist ihnen das Betreten der Sportstätte, die Leitung der Sporteinheit sowie die Teilnahme an sonstigen Vereinsangeboten untersagt. Eine Information an den Verein und die Teilnehmenden muss umgehend erfolgen.
- **Jeder Teilnehmende** muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung sowie vor Beginn der Sporteinheit bestätigen:
  - Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
  - Vor und nach der Sporteinheit muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
  - Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten.
- Die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen und Teilnehmenden reisen individuell und bereits in Sportbekleidung zur Sporteinheit an. Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.
- Jeder Teilnehmende bringt eigene Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt. Gleiches gilt für eigene Matten oder Sportgeräte.
- Zwischen den Sporteinheiten sollte eine Pause von mindestens 10 Minuten vorgesehen werden, um Hygienemaßnahmen durchzuführen, einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen und die Räumlichkeit/Trainingsfläche zu lüften.
- Zwischen den Sporteinheiten im Freien ist eine Pause von mindestens 10 Minuten einzuhalten, um die kontaktfreie Nutzung von Umkleide- und Duschräumen sicherzustellen.
- Jegliche Körperkontakte, z. B. bei der Begrüßung müssen unterbleiben.
- Die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit individuelle Trainings- und Pausenflächen zu. Diese sind gemäß den geltenden Vorgaben zur Abstandswahrung markiert (z. B. mit Hütchen, Kreisen, Stangen usw.). Ein Verletzungsrisiko ist dabei zu vermeiden.
- Die Teilnehmenden werden vor jeder Sporteinheit auf die geltenden Verhaltensmaßnahmen/Hygienevorschriften hingewiesen.
- Die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen sollten Anwesenheitslisten führen, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
- Die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen reinigen und desinfizieren sämtliche bereitgestellten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen). Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.
- Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
- Flächen wie Türklinken, die von vielen Personen in kurzer Zeit genutzt werden, müssen konsequent und regelmäßig desinfiziert werden.

### Während der Trainingseinheit – Checkliste:

- Die Übungsleitungen und Sporthelfer gewährleisten, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sporeinheit eingehalten wird.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität wird **Mindestabstand auf 4 m oder mehr vergrößert**.
- Der Mund-Nasen-Schutz kann während der Sporeinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung bzw. Trinkpause muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite des Teilnehmenden sein.
- Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporeinheit unterbleiben (Halle). Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen.  
**ABER: Teilnehmerwohl geht vor Kontaktschutz!**
- Es werden keine Speisen oder Getränke ausgegeben. Jeder bringt sein eigenes Trinken mit!
- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.
- Auch in Geräteräumen, Umkleieräumen, Duschen, WC sind die Abstände von 1,5 Metern einzuhalten.
- Wenn sich Teilnehmende während der Sporeinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden bei dem\*der Trainer\*in/ Übungsleiter\*in geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Toilettenanlagen.
- In Sporthallen und Indoor-Sportstätten ist durch regelmäßiges und intensives Lüften ein kontinuierlicher Luftaustausch zu gewährleisten. Hierfür sollten insbesondere die Pausen zwischen Trainingsgruppen genutzt werden, bzw. zusätzliche Pausen eingeführt werden. Nach Möglichkeit sollte auch während des Trainingsbetriebs gelüftet werden.
- Insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten und -flächen durch mehr als eine Person ist eine regelmäßige Desinfektion nach jeder Nutzung notwendig. **Bei gemeinsam genutzten Bällen in Spielsportarten sollten Pausen zur Desinfektion von Bällen und Händen genutzt werden. Das von Bällen ausgehende Infektionsrisiko ist bei verantwortungsvoller Nutzung grundsätzlich jedoch als gering einzuschätzen.**
- Grundsätzlich sollten sich Begleitpersonen (Zuschauer, nicht Eltern-Kind-TU) bei Kindern U14 Mitglieder einer Trainingsgruppe bei den Trainer\*innen anmelden.
- Dies erleichtert die Steuerung der Sportstättenbelegung und erlaubt eine Nachverfolgung und die Einleitung von Quarantänemaßnahmen, falls es Infektionsfälle gibt. Den jeweiligen behördlichen Vorgaben zur flächenbezogenen Gruppengröße ist auch hier strikt Folge zu leisten. Durch gestaffelte Start- und Endzeiten des Trainings können größere Personenansammlungen und Überbelegungen vermieden werden.

### Nach der Trainingseinheit – Checkliste:

- Handdesinfektion durch Übungsleitung
- Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporeinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln.
- Nach Beendigung des Angebotes muss der Mund-Nasen-Schutz wieder angelegt werden.
- Die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen reinigen und desinfizieren sämtliche genutzten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen).
- Die Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen lüften die genutzten Räumlichkeiten/ Trainingsflächen.
- Die Kontakte unter den Trainer\*innen/Übungsleiter\*innen werden auf ein Mindestmaß reduziert und dokumentiert; Abstands- und Hygieneregeln sind einzuhalten.
- **Beendigung des Sportstunde inklusive Desinfektion so, dass die nachfolgende Gruppe pünktlich rein kann!**