

## **Schutzmassnahmen Covid-19: Empfehlungen für die Erstellung von Schutzkonzepten für das Stützpunkttraining der Landesfachverbände in Niedersachsen**

### **1. Ausgangslage**

Der DOSB hat Anfang April 2020 zehn Leitplanken für die Gestaltung des Trainings formuliert und erläutert. Ergänzend dazu haben die Spitzenverbände Übergangs- bzw. Wiedereinstiegsregeln in ein sportartspezifisches Training erarbeitet. Diese finden Sie unter: <https://www.lsb-niedersachsen.de/landessportbund/alltag-mit-corona/>

Darauf aufbauend besteht die Aufgabe, diese Konzepte weiter zu spezifizieren, sodass konkret auf die Anforderungen vor Ort angepasste Schutzkonzepte vorliegen, anhand derer die Betreiber der Sportstätten sowie die TrainerInnen/BetreuerInnen in der Lage sind, entsprechend der geltenden Regelungen des Infektionsschutzgesetzes alle notwendigen Maßnahmen vorzubereiten und während der Wiederaufnahme und Durchführung des Trainingsbetriebes sicherzustellen.

Die hier vorliegenden Hinweise sollen als Hilfestellung dafür dienen, wie im Rahmen der geltenden Schutzmaßnahmen ein Training im Breiten- und Leistungssport wieder stattfinden kann. Sie erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und berücksichtigen die offiziellen Maßnahmen zum Umgang mit der COVID-19-Pandemie Stand April/Mai 2020 ([https://www.lsb-niedersachsen.de/fileadmin/daten/dokumente/Grundsatzfragen/Verordnung\\_ab\\_6.\\_Mai\\_2020\\_MI.pdf](https://www.lsb-niedersachsen.de/fileadmin/daten/dokumente/Grundsatzfragen/Verordnung_ab_6._Mai_2020_MI.pdf)).

### **2. Zielsetzung für die Schutzkonzepte**

- Durchführung eines möglichst sportartspezifischen Trainings unter strikter Einhaltung der übergeordneten Grundsätze.
- Durchführung von Athletik- und Rehatraining unter strikter Einhaltung der übergeordneten Grundsätze.
- Die Regeln sind für die Leistungszentren im Spitzen- und Nachwuchssport und auch in den einzelnen Vereinen klar umsetzbar, werden von den Aktiven, TrainerInnen und BetreuerInnen verfolgt und können in der praktischen Umsetzung angewendet werden.
- Jeder LFV und/oder Verein kann auf Basis dieser übergreifenden Hinweise ein eigenes Schutzkonzept erstellen.
- Jeder LFV und/oder Verein stimmt dieses Schutzkonzept mit den Vorgaben der Betreiber der Sportanlagen ab und ergänzt dieses bei Bedarf.

### **3. Verantwortung**

Die Verantwortung für die Erstellung und Umsetzung der Schutzkonzepte liegt bei den Verantwortlichen des jeweiligen Verbandes/Vereins, weshalb geraten wird, einen Schutzkonzept-Verantwortlichen zu benennen.

Der LandesSportBund Niedersachsen zählt auf die Solidarität und wechselseitige Unterstützung der ganzen Sportfamilie in Niedersachsen auch über die Grenzen des eigenen LFV und/oder Vereins hinaus.

#### 4. Empfehlungen zu Maßnahmen vor, während und nach dem Training

Grundsätzlich sind folgende **übergeordneten Grundsätze** zu beachten, um die Gesundheit aller Beteiligten zu schützen und die Sicherheit zu gewährleisten:

- SportlerInnen sowie TrainerInnen/Aufsichtspersonen mit Symptomen ist die Teilnahme am Training untersagt! Sie haben zuhause zu bleiben, sich zu isolieren und sich unverzüglich beim Hausarzt zu melden sowie unverzüglich alle Mitglieder ihrer Trainingsgruppe zu informieren,
- Einhaltung der gültigen Hygiene- und Infektionsschutzregeln,
- Bereitstellung/Bereithaltung von Desinfektionsmittel für Hände und Gerätschaften an den Trainingsstätten,
- Abstandsregeln, d. h. 2 m Mindestabstand zwischen allen Personen; kein Körperkontakt; keine Handshakes und Abklatschen,
- bei der Kalkulation der maximal möglichen Anzahl von Personen auf den Sportflächen wird empfohlen die Schätzgröße von ca. 10 m<sup>2</sup> «Trainingsfläche» pro Person anzusetzen, um die Abstandsregeln zu gewährleisten,
- beim Krafttraining sollte jede/r SportlerInnen möglichst an einer «eigenen Workstation» trainieren,
- die maximale Anzahl von Personen für eine «Trainingsgruppe» unter Beachtung der jeweils aktuell gültigen behördlichen Vorgaben beträgt derzeit fünf Personen,
- gleiche Gruppenzusammensetzung und Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten,
- Bekanntgabe der vor Ort geltenden Handlungskette bei Verdachtsfällen auf eine Covid-19-Erkrankung für alle Beteiligten,
- die Aufsichtspersonen (TrainerInnen/BetreuerInnen) sind dafür verantwortlich, dass die übergeordneten Grundsätze eingehalten werden. Alle Trainingsteilnehmenden tragen bei der Umsetzung der Maßnahmen durch ihr verantwortungsbewusstes Verhalten dazu bei, dass die Vorgaben eingehalten werden.

##### 4.1 Vorbereitende Maßnahmen

- Bei einer Nutzung von großflächigen Sportstätten (z. B. Fußballfelder, Leichtathletikstadien, Mehrzweck- oder Mehrfelderhallen) ist die maximale Anzahl von Nutzern und Trainingsgruppen, welche die Anlage gleichzeitig betreten und nutzen dürfen, von dem jeweiligen Anlagebetreiber festzulegen und bei der Planung zu berücksichtigen.
- Eindeutige schriftliche Dokumentation der Trainingsgruppen und Trainingszeiten für jede Trainingseinheit.
- Strikte Aufteilung der Trainingsgruppen auf konkrete Trainingsflächen, Spielhälften oder sonstige Sportstätten wie Krafräume, Sportflächen (draußen und drinnen).
- Trainieren gleichzeitig mehrere Gruppen, so ist die Reihenfolge der Gruppen beim Betreten und Verlassen der Halle oder Anlage eindeutig festzulegen, mit dem Betreiber abzustimmen und konsequent einzuhalten.
- Trainieren vorher oder nachher andere Gruppen/Vereine/Sportarten, so ist die Übergabe der Trainingsstätte unter Einhaltung der übergeordneten Grundsätze zu regeln.
- Feste oder mobile Trainingsmittel und -geräte sind nach Möglichkeit zu individualisieren und während der gesamten Trainingseinheit nur von der/den selben Trainingsperson/en zu nutzen.
- Es ist davon auszugehen, dass Umkleiden und Duschen grundsätzlich erst einmal nicht zur Verfügung stehen.

- Die Nutzung von Toiletten ist vorab mit dem Anlagenbetreiber abzustimmen und sollte nur in dringenden Fällen in Einzelnutzung erfolgen. Die Nutzungsperson muss vor und nach der Nutzung die berührten Gegenstände und die Hände desinfizieren.

#### **4.2 Vor dem Training**

- Die Trainingsteilnehmer müssen in Trainingskleidung in die Sportstätte kommen, solange die Duschen und Umkleiden geschlossen bleiben!
- Eine Aufsichtsperson (TrainerInnen/BetreuerInnen oder alternativ ein Verantwortlicher der Anlage) öffnet alle notwendigen Zugänge.
- Die Trainingsteilnehmer sollen möglichst ohne Berührung einer Türklinke in den Trainingsraum gelangen können.
- Solange die Umkleiden geschlossen bleiben, ist ein Abstellen der Taschen und ein Wechsel des Schuhwerks in einem dafür vordefinierten Bereich in der Trainingshalle oder davor durchzuführen, ohne die Fluchtwege zu verstellen.
- Jeder Trainingsteilnehmer muss eine eigene Trinkflasche dabei haben.
- Desinfektion der Hände.
- Trainingsgeräte sind vor und nach dem Aufbau/Gebrauch zu desinfizieren. Dies gilt insbesondere in Kraft- und Fitnessräumen.
- Die Zugangszeiten pro Trainingsgruppe sind genau zu definieren. Die Trainingsteilnehmer sollten nicht vorher erscheinen und warten unter Einhaltung der übergeordneten Grundsätze, bis die Aufsichtsperson den Zugang gewährt.

#### **4.3 Während des Trainings**

- Bei allen Trainings- und Übungsformen sind die Abstandsregeln einzuhalten.
- Eine Übergabe von Trainingsgeräten und sonstigen Materialien zwischen den Sportlern oder gar Trainingsgruppen sollte weitestgehend vermieden werden bzw. auf das absolut nötige Mindestmaß reduziert werden. Vor der Übergabe sind die Geräte zu desinfizieren.

#### **4.4 Nach dem Training**

- Die Trainingsgeräte sind nach jedem Training gründlich zu desinfizieren.
- Desinfektion der Hände.
- Wechsel der Schuhe im definierten Bereich.
- Zügiges Verlassen der Sportstätte analog des Betretens.
- Haben alle SportlerInnen der Trainingsgruppe die Trainingsstätte verlassen, gibt die Aufsichtsperson die Halle/den Platz/das Gebäude frei und die Aufsichtsperson der nächsten Gruppe kann die vorbereitenden Massnahmen beginnen.
- Bzgl. einer möglichen Hallenreinigung nach dem Training sind die Auflagen des Anlagenbetreibers zu beachten.