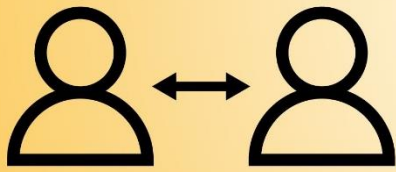




## Hygiene- und Pandemieplan gemäß Coronaverordnung für Freiluftsport (11. Mai 2020)



### **DISTANZREGELN**

- Der Mindestabstand von 1,5 bis 2,0 Metern ist stets einzuhalten, besonders beim Empfang der Teilnehmer, bei Ansprachen und Trainingsübungen.
- Keine körperlichen Begrüßungsrituale (zum Beispiel Händedruck) durchführen.
- Kein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.



### **HYGIENEREGELN**

- Nutzung der WC-Anlage am Eingang des Vereinsheims.
- Händewaschen (mindestens 30 Sekunden und mit Flüssigseife) und –trocknen mit Einwegpapierhandtüchern.
- In die Armbeuge oder Taschentuch husten und niesen, nicht in die Hand.
- Einwegpapierhandtücher und Taschentücher sind nach der Benutzung direkt zu entsorgen.
- Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt wurde.
- Vermeiden von Spucken und von Naseputzen auf dem Feld.
- Sportgeräte, die mit den Händen angefasst werden, sind zu desinfizieren.



### **ANGEHÖRIGE VON RISIKOGRUPPEN**

- Risikogruppen (Lungenkranke, Vorerkrankte, Senioren) sind zu schützen.
- Vor Trainingsbeginn sollte auf das Infektionsrisiko hingewiesen und der Gesundheitszustand abgefragt werden (z.B. bei der Einladung zur Trainingseinheit und/oder Empfang der Teilnehmer).
- Die Trainingsbeteiligung ist je Trainingseinheit zu dokumentieren.
- Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte der Teilnehmer dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt kontaktieren: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome.
- Fragen beantwortet der Corona-Beauftragte (siehe unten).



### **KÖRPERKONTAKTE**

- Jegliches Training muss kontaktfrei erfolgen.
- Kontakt- und Mannschaftssportarten müssen ohne Wettkampfsimulationen und –spiele durchgeführt werden.



### **VEREINSHEIME UND UMKLEIDEN BLEIBEN GESCHLOSSEN**

- Das Vereinsheim, die Umkleidekabinen und Duschen sind zu den Trainingseinheiten geschlossen.
- Alle Teilnehmer kommen bereits umgezogen auf das Sportplatzgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen.
- Zuschauer sind nicht erlaubt, zuschauende Begleitpersonen sind beim Training möglichst zu vermeiden.
- Verlassen des Sportplatzes direkt nach dem Training, das Duschen erfolgt zu Hause.



### **TRAININGSGRUPPEN VERKLEINERN (MAX. 5 PERSONEN)**

- Das Training soll in Kleingruppen stattfinden.
- Die aktuell empfohlene Größe der Kleingruppen liegt bei max. 5 Personen.
- Bei Kinder- und Jugendtraining sollte eine betreuende Person je 5 Teilnehmer anwesend sein.