Anlage
zum Hygieneplan der Verbandsgemeinde Lambsheim-Heßheim vom 27.05.2020

1 Checkliste

2 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 – sofern vorhanden – angepasst/verkleinert. Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 10 m² pro Teilnehmendem.

- ☒

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.

- ☒

Mund-Nasen-Schutzmasken und Einmalhandschuhe sollten in ausreichender Menge (ggf. beim Verein) vorrätig sein.

- ☒

Anwesenheitslisten für Trainingseinheiten und Sportkurse sollten vorbereitet werden, um möglichst Infektionsketten zurückverfolgen zu können (empfohlen wird die Nutzung eines Online-Anmeldeverfahrens).

3 Checkliste

4 Vor der Trainingseinheit

- ☒

Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung sowie vor Beginn der Sporteinheit bestätigen:

- Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- 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 seine eigenen 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.

- ☒

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.

- ☒

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.).

- ☒

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.

5 Checkliste

6 Während der Trainingseinheit

- ☒

Die Trainer*innen und Übungsleiter*innen gewährleisten, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sporteinheit eingehalten wird.

- ☒

Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).

- ☒

Der Mund-Nasen-Schutz kann während der Sporteinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein.

- ☒

Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen.

- ☒

Es werden keine Speisen oder Getränke ausgegeben.

- ☒

Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.

- ☒

Geräteräume sollten nur einzeln betreten werden.

- ☒

Wenn sich Teilnehmende während der Sporteinheit 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.

- ☒

Gästen und Zuschauer*innen ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet. Kinder unter 14 Jahren dürfen durch eine Person begleitet werden.

7 Checkliste

8 Nach der Trainingseinheit

- ☒

Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporteinheit 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.

- ☒

Sämtliche Sportgeräte müssen nach Nutzung desinfiziert werden.

11.) Weiterführende LINKS:

https://www.lsb-rlp.de/wegweiserfuersportvereine
https://sportbund-rheinhessen.de/checklisten-zur-wiedereroeffnung-des-sportbetriebs-im-rahmen-der-corona-pandemie/