



Konzept zum Angebot eines Freiluft-& Hallen-Sportbetriebes

auf Grundlage der

Verordnung zur Änderung infektionsrechtlicher Verordnungen zur Bekämpfung
der Corona-Pandemie vom 10.06.2021

sowie den

Regelungen des Saarlandmodells vom 24.03.2021

0. Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	4
1.1 Die 10 Leitplanken des DOSB.....	5
2. Allgemeine Regelungen	7
3. Sportbetrieb in der Turnhalle Friedrich-Ebert-Straße	9
3.1 Allgemeinturnen/Gerättturnen	9
3.2 Badminton.....	9
3.3 Kinderturnen	10
3.4 Eltern-Kind-Turnen	10
3.5 Völkerball	10
3.6 Pilates.....	10
3.7 Aerobic.....	10
3.8 Haltung und Bewegung	10
3.9 Rope Skipping.....	10
4. Sportbetrieb in der Südwest-Halle	11
4.1 Body Fit (Skitraining)	11
4.2 Jedermann-Gymnastik.....	11
4.3 Stuhlgymnastik	11
4.4 Badminton.....	11
5. Sportbetrieb in der Mühlenscheib-Halle	11
6. Freiluftangebote	12
6.1 Walken	12
7. Quellenverzeichnis	12
8. Anhang	12

Für alle personenbezogenen Bezeichnungen gilt im Bedarfsfall die weibliche Form.

1. Einleitung

Der TV 1883 Bous e.V. ist bestrebt, seinen Mitgliedern sportliche Betätigungen draußen als auch in der Halle zu ermöglichen. Dies gilt unter strenger Berücksichtigung der jeweils geltenden Verordnungen sowie einer konservativen Durchführbarkeitsprüfung. Ganz generell gelten dafür in der aktuellen Situation die folgenden Grundsätze:

- ✦ Der Gesundheitsschutz steht an erster Stelle! Aus unserer Sicht ist der Gesundheitsschutz mit einem entsprechend angepassten Sportbetrieb in den von uns angebotenen Individual- und Nicht-Kontaktsportarten umsetzbar. Wir sind der festen Überzeugung, dass ein verantwortungsbewusster, im Sinne des Infektionsschutzes geregelter Vereinssport ein wertvoller Beitrag für die Stärkung des Immunsystems und eine positive Einstellung der Sporttreibenden ist.
- ✦ Es muss allen Aktiven bewusst sein, dass Zusammenkünfte beim Sport individuelle Verantwortung für jeden Einzelnen bedeutet betreffend die Einhaltung aller Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie. Dies beinhaltet u.a. weiterhin ein vorbildliches Verhalten bei der Selbstbeschränkung der privaten Kontakte, Einhaltung eines Mindestabstands wo immer möglich sowie eine strikte Umsetzung der jeweiligen Vorgaben zur Ausübung des Sports! Wir haben es zu einem großen Teil selbst in der Hand, dass alle möglichst gesund durch diese Krise kommen und das Sporttreiben im Verein wieder möglich bleibt.
- ✦ Trotz dieser Regeln besteht ein Restrisiko. Der Verein ist verantwortlich, dass zwingend die Vorgaben der jeweils aktuell gültigen Corona-Schutz- und -rechtsverordnungen eingehalten werden, insbesondere die erforderlichen Hygienemaßnahmen, Abstandsregelungen und sonstige relevante Vorkehrungen. Die Sportler und Übungsleiter entscheiden in eigener Verantwortung, ob und wann sie das Angebot ihres Vereins wahrnehmen wollen. Bei einer Teilnahme verpflichten sie sich zur Einhaltung der Vorgaben.
- ✦ Wir halten uns an alle Rechtsvorgaben in der aktuell gültigen Fassung. Das bedeutet, dass alle Konzepte und Planungen einer ständigen Kontrolle auf Gültigkeit und Anwendbarkeit unterzogen und ggf. angepasst werden müssen.

1.1 Die 10 Leitplanken des DOSB

Bei der Erstellung unseres Konzepts sowie der Planung und Durchführung von Übungsstunden orientieren wir uns an den „10 Leitplanken“, die der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) in Abstimmung mit der Medizinischen Kommission des DOSB unter Leitung von Prof. Dr. Bernd Wolfarth (Charité Berlin) formuliert hat, sowie den sportartspezifischen Übergangsregeln des DTB und des STB (siehe auch:

https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/18052020_ZehnLeitplanken_end.pdf,

https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/13052020_Leitplanke_n_Halle_BW.pdf).

Diese lauten:

1. „Distanzregeln einhalten“

Der Zugang zur Halle erfolgt auf Basis konkreter Pläne, welche Sportler zu welcher Zeit in der Halle trainieren dürfen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen hat unter Vermeidung von Warteschlangen bzw. Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 Metern zu erfolgen. Bei allen Situationen, bei denen der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, tragen die Sportler, Trainer, Übungsleiter und Aufsichtspersonen einen Mund-/Nasenschutz.

Es ist eindeutig festzulegen, wo Eingang und Ausgang der Halle sind. Sind Ein- und Ausgang identisch, sind Regelungen zu treffen, damit auf den Verkehrswegen der Sicherheitsabstand eingehalten wird. Nur die Sportler sowie Trainer/ Aufsichtspersonen dürfen die Halle betreten, keine Zuschauer oder sonstige Begleitpersonen. In Ausnahmefällen erhalten Personen Zutritt, die für eine Betreuung notwendig sind (z.B. Eltern jüngerer Kinder).

Für den Trainingsbetrieb in der Halle ist ein Mindestabstand von 1,5 Metern konsequent einzuhalten.

Es muss eine Aufsichtsperson benannt sein. Diese hält zu allen Teilnehmern immer einen Sicherheitsabstand von mindestens 1,5 Metern. Ohne Aufsicht kann kein Training stattfinden!

Die Sportler sollten aus Platzgründen nur kleine Taschen/Rucksäcke für Getränk, Schweiß-Handtuch u.ä. mit in die Halle bringen. Diese Dinge lagern mit Sicherheitsabstand im Aufenthaltsbereich.

Zwischen zwei Trainingsgruppen wird jeweils eine Pause eingeplant, um einen kontaktlosen Wechsel zu ermöglichen. In den Pausenzeiten soll die Halle durchgelüftet werden.

2. „Körperkontakt auf das Minimum reduzieren“

Trainer geben keine taktilen Hilfestellungen.

Kein direkter körperlicher Kontakt (z.B. kein Handshake, kein Abklatschen, keine Umarmung u.ä.). Für die Begrüßung, respektvolle Anerkennung, Jubel o.ä. sind kontaktlose Formen und Gesten zu wählen.

3. „Mit Freiluftaktivitäten starten“

Bei entsprechendem Wetter und Platzangebot vor/hinter der Halle (z.B. Schulhof) sollte die Aufwärmung vor dem Hallentraining draußen erfolgen, entweder eigenständig oder unter Anleitung. Gleiches gilt für sonstige athletische Einheiten.

4. „Hygieneregeln einhalten“

Nach Betreten und vor Verlassen der Halle: Hände gründlich waschen (mind. 20-30sec. mit Seife und fließendem Wasser) bzw. Handdesinfektion.

Nicht ins Gesicht fassen, kleines Handtuch zum Schweiß abwischen mitbringen.

Husten und Niesen in die Ellenbeuge oder in ein Taschentuch.

Handdesinfektion nach Kontakt zu potentiell infektiöser Oberfläche (v.a. Türklinke, Klobrille, Wasserhahn etc.) oder nach Kontakt zu eigenen Körperflüssigkeiten.

Verschwitzte Trikots und Handtücher sind ohne Kontakt zur Halle/ Halleneinrichtung in eine eigene Tasche oder Tüte zu verpacken.

Wo möglich werden eigene Trainingsutensilien benutzt (z.B. Isomatte, Springseil, Gewichte, etc.).

5. „Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen“

Duschen und Umziehen erfolgt zu Hause, nicht in der Halle. Die Umkleiden und Duschen werden nicht genutzt und sollten geschlossen werden, außer wenn sich dort die Toiletten befinden.

Toiletten sind in den Sportstätten regelmäßig zu desinfizieren.

6. „Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen“

Die Anreise zur Sportstätte erfolgt unter Beachtung der Abstandsregeln im Privat PKW oder mit dem Fahrrad bzw. zu Fuß, Fahrgemeinschaften werden ausgesetzt.

7. „Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen“

8. „Trainingsgruppen verkleinern“

Der Trainingsbetrieb erfolgt auf Basis konkreter Belegungspläne des Vereins.

Insgesamt empfiehlt es sich, die Trainingsgruppen so klein wie möglich zu halten. Wir halten uns dabei an die aktuell gültigen Rechtsvorgaben, die mögliche Anzahl von Personen in einer Halle ist auch von deren Größe abhängig.

9. „Angehörige von Risikogruppen besonders schützen“

Angehörige von Risikogruppen sind besonders zu schützen. Für betreffende Personen, die das Sportangebot in ihrer eigenen Verantwortung wahrnehmen wollen, ist ein besonderer Schutz vorzusehen (z.B. Individual- oder Kleinstgruppentraining mit größtmöglichem Abstand).

10. „Risiken in allen Bereichen minimieren“

Die Teilnahme am Training ist freiwillig, die Entscheidung dazu liegt in der Eigenverantwortung der Teilnehmer bzw. der Erziehungsberechtigten.

Der Trainingsbetrieb findet ausschließlich anhand konkreter Vorgaben und Belegungspläne des Vereins und ausschließlich unter Aufsicht einer vom Verein benannten Person statt.

Es wird höchstes Verantwortungsbewusstsein von Sportlern und Aufsichtspersonen hinsichtlich der Einhaltung der Maßnahmen gefordert.

Es kommen nur absolut symptomfreie Personen zum Training. Wer typische Symptome wie Husten und Fieber hat, bleibt zu Hause und kontaktiert seinen Hausarzt telefonisch. Dies gilt auch bei Durchfall, Übelkeit, nicht erklärbarer starker Müdigkeit und Muskelschmerzen sowie Störungen des Geruchs- oder Geschmackssinnes.

2. Allgemeine Regelungen

- ✦ Nur gesunde und symptomfreie Personen nehmen am Training teil. Ansonsten ist eine Teilnahme nicht möglich.
- ✦ Folgende Voraussetzungen gelten für Angebote in der Halle:
 - Alle volljährigen Personen müssen einen höchstens 24h alten, negativen Testnachweis vorlegen.
 - Ausgenommen davon sind vollständig geimpfte Personen ab zwei Wochen nach der letzten Impfung sowie nach einer COVID-19-Erkrankung genesene Personen bis sechs Monate nach der Erkrankung.
- ✦ Es obliegt dem Übungsleiter, dies vor Beginn der Übungseinheit zu überprüfen.
- ✦ Zur Sicherstellung der Kontaktnachverfolgung ist für jede Übungseinheit von jedem ein Bogen zur Teilnehmererfassung auszufüllen und vor der Trainingsstunde dem Übungsleiter auszuhändigen (siehe Anhang).

Die Bögen sind schnellstmöglich einem Mitglied des geschäftsführenden Vorstandes zu übergeben oder im Briefkasten des Geschäftszimmers (Friedrich-Ebert-Strasse 30a, 66359 Bous) einzuwerfen. Sie werden zentral gesammelt und nach vier Wochen vernichtet. Ansprechpartner ist der Geschäftsführer Jens Hallerberg, info@tvbous.de, 0173-3106516.



Vor Aufnahme des Sportbetriebs wird sichergestellt, dass die in diesem Dokument enthaltenen Informationen alle Beteiligten erreichen.

1. **Abteilungs- und Übungsleiter:** Der Vorstand informiert alle Übungsleiter über dieses Vereinskonzzept zur Aufnahme des Vereinssports. Die Übungsleiter bestätigen den Erhalt.
2. **Information der Sporttreibenden:** Alle Sporttreibenden bzw. die Erziehungsberechtigten sind von ihren Übungsleitern über die Trainingsbedingungen, die Leitplanken des DOSB und die vereinspezifischen Regeln zu informieren. Dies muss vor Aufnahme des Trainingsbetriebs geschehen.
3. Dazu werden ausreichend Exemplare dieses Dokuments zu den Trainingszeiten bereitgehalten und es wird auf der Homepage des Vereins veröffentlicht. Auf Wunsch kann es auch per Email verschickt werden.



Es ist unerlässlich, dass der Vereinsvorstand die Vorgaben und deren Umsetzung kontrolliert. Außerdem legen wir Wert auf regelmäßigen Austausch mit den Übungsleitenden, um ggf. schnell Änderungen in Konzept und Planung vornehmen zu können.



Der Verein stellt ausreichend Desinfektionsmittel für Haut und Flächen für alle Übungsleiter bereit. Es liegt in der Verantwortung des Übungsleiters, eine ausreichende Menge zur Durchführung der geplanten Trainingseinheit vorzuhalten. Da alle von uns benutzten Hallen auch im Schulbetrieb genutzt werden, gehen wir davon aus, dass wie üblich Seife und Einmalhandtücher vorhanden sind. Alle Übungsleiter sind dazu aufgerufen, etwaige Missstände schnellstmöglich zu melden.



Bei der Trainingsplanung ist zu beachten, dass die Trainierenden seit längerer Zeit kein Training im bekannten Sinne absolviert haben. Um Verletzungen vorzubeugen, ist ein dosierter, reduzierter Einstieg zu wählen und zudem eine vorbereitende Aufwärmung (Mobilisation / Aktivierung) zu gewährleisten.



Alle Übungsstunden werden um 2x 10min gekürzt, jeweils zu Beginn und am Ende der Trainingseinheit. Die Pause wird genutzt, um die Halle nach Möglichkeit zu lüften und benutzte Halleneinrichtung zu desinfizieren (Lichtschalter, Türklinken u.ä., insbesondere Toiletten).

- ✦ Die Benutzung von Garderoben und Duschen in den Sportstätten ist abhängig von den aktuell geltenden behördlichen Vorgaben. Alle Sportler sind aufgerufen, diese wann immer möglich zu vermeiden.
- ✦ Wo immer möglich sollen die Sporttreibenden eigene, mitgebrachte Trainingsutensilien verwenden, z.B. Isomatten, Springseile, Gewichte, etc. Sofern Geräte, Matten, Netze oder sonstige Materialien aus der Halle verwendet werden, soll der Aufbau von einer möglichst kleinen Gruppe erfolgen. Wenn dabei der notwendige Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen. Nach erfolgtem Aufbau sind die Geräte zu desinfizieren. Analog ist beim Abbau zu verfahren.

3. Sportbetrieb in der Turnhalle Friedrich-Ebert-Straße

Als Eingang in die Halle wird der Eingang von der Friedrich-Ebert-Straße aus genutzt, der Ausgang erfolgt durch den Geräteraum am Südost-Ende der Halle. Pro Hallenhälfte trainieren maximal 20 Personen (inkl. Betreuungspersonen), ein Wechseln der Gruppe ist nicht erlaubt.

Der Gymnastiksaal im Untergeschoß wird nicht genutzt. Betroffene Trainingsstunden werden nach Möglichkeit in andere Hallen verlegt.

3.1 Allgemeinturnen/Gerätturnen

Es werden nur schon erlernte Elemente wiederholt, taktile Hilfestellung ist nicht erlaubt. Sicherheitsleistung ist zum Schutz der Sportler erlaubt, wenn der Trainer erkennt, dass der Sportler Schaden nehmen könnte. Insofern barfuß trainiert wird gelten für Füße die gleichen Desinfektionsregeln wie für Hände.

3.2 Badminton

Einzelfeldbelegung durch 2 Personen bei Wahrung des Mindestabstands von 2 Metern. Sind die Abstände zwischen zwei Einzel-Spielfeldern durch die örtlichen Bedingungen zu gering, so dass die Spieler den Mindestabstand nicht wahren können, sind zusätzliche „Sperrzonen“ durch entsprechende Markierungen (Hütchen, Klebeband, o.ä.) einzurichten (reduzierte Feldbreite). Bei allen Spielformen gilt die „2 Meter Sperrzone am Netz“.

3.3 Kinderturnen

Solange kein normaler Betrieb in Kindergärten möglich ist, bleibt das Turnen für 3 – 6jährige ausgesetzt.

3.4 Eltern-Kind-Turnen

Solange kein normaler Betrieb in Kindergärten möglich ist, bleibt das Eltern-Kind-Turnen ausgesetzt. Ansonsten wird ein Baby/Kind und ein Elternteil als eine Einheit betrachtet. Es sollte immer das gleiche Elternteil das Angebot wahrnehmen (maximal eine Person).

3.5 Völkerball

Das Training konzentriert sich auf Fitness und Wurftechnik. Beim Spieltraining sind Varianten zu wählen, bei denen die Einhaltung des Mindestabstandes insbesondere an Mittel- und Grundlinie sichergestellt ist (ggf. mit Hütchen oder Klebeband markieren).

Pro Gruppe wird mit maximal 3 Bällen trainiert. Diese sind nach Beendigung der Trainingseinheit vom Übungsleiter getrennt von anderen Bällen zu verwahren und dürfen erst nach 7 Tagen wieder verwendet werden.

3.6 Pilates

(keine Besonderheiten)

3.7 Aerobic

(keine Besonderheiten)

3.8 Haltung und Bewegung

(keine Besonderheiten)

3.9 Rope Skipping

Es sind lediglich von zuhause mitgebrachte Springseile erlaubt, ein Seil pro Person.

4. Sportbetrieb in der Südwest-Halle

Eingang in die Halle durch den Eingang auf der Seite, auf der sich die Herrenumkleiden befinden. Ausgang entsprechend auf der anderen Seite. Pro Hälfte eines Drittels der Halle trainiert eine Gruppe mit maximal 20 Personen (inkl. Betreuungsperson), das Wechseln der Gruppe ist nicht erlaubt.

4.1 Body Fit (Skitraining)

(keine Besonderheiten)

4.2 Jedermann-Gymnastik

(keine Besonderheiten)

4.3 Stuhlgymnastik

(keine Besonderheiten)

4.4 Badminton

(siehe [3.2](#))

5. Sportbetrieb in der Mühlenscheib-Halle

Wenn nur eine Tür zum Betreten und Verlassen der Halle zur Verfügung steht, ist besonders auf die Einhaltung der Pause zwischen den Übungsstunden zu achten. So können Begegnungen ohne Einhaltung des Mindestabstandes vermieden werden. Falls möglich kann ein Verlassen der Halle auch durch den Notausgang zum Parkplatz erfolgen. Ggf. erfolgt eine kurzfristige Absprache zwischen den Übungsleitern.

Pro Hallenhälfte trainiert eine Gruppe mit maximal 15 Personen (inkl. Betreuungspersonen), das Wechseln der Gruppe ist nicht erlaubt.

6. Freiluftangebote

6.1 Walken

(keine Besonderheiten)

7. Quellenverzeichnis

- ✦ Wiedereinstiegskonzept vereinsbasiertes Sporttreiben - Organisationshilfe des DTB, Stand 12.05.2020
- ✦ Wiedereinstieg DTB-Sportarten – Übergangsregeln des DTB, Stand 12.05.2020
- ✦ Wiedereinstieg Fitness- und Gesundheitssport – Übergangsregeln des DTB, Stand 12.05.20
- ✦ Wiedereinstieg Kinderturnen – Übergangsregeln des DTB, Stand 12.05.2020
- ✦ Empfehlungen für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben für die Sportart Badminton des DBV, Stand 19.05.2020

8. Anhang

Bogen zur Teilnehmererfassung

Bogen zur Teilnehmer-Erfassung

(Rückseite beachten!)

Datum	
Sportart / Abteilung	
Name, Vorname	
Adresse	
Telefon	
Email	

	Ja	Nein
Negativer Testnachweis (max. 24h alt) vorhanden, vollständig geimpft oder von einer Covid19-Erkrankung genesen (Nachweis max. 6 Monate alt)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht die behördliche Anordnung einer Quarantäne im Zusammenhang mit Covid19? (Ggf. bitte Ablaufdatum angeben!)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lag in den letzten 7 Tagen eins der folgenden Symptome vor? ○ Fieber ○ Allgemeines Krankheitsgefühl ○ Kopf- & Gliederschmerzen ○ Husten ○ Atemnot ○ Geschmacks- und/oder Riechstörungen ○ Halsschmerzen ○ Schnupfen ○ Durchfall Bei Beantwortung mit „Ja“ darf eine Teilnahme erst nach ärztlicher Rücksprache erfolgen!	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Sollten sich Änderungen zu den hier gemachten Angaben ergeben, ist dies dem Verein bzw. der Übungsleitung schnellstmöglich mitzuteilen!

Aktuelle Informationen unter:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV.html

Ich bestätige hiermit die Richtigkeit der gemachten Angaben:

(Name)

(Unterschrift)

Quellen: Wiedereinstiegskonzept vereinsbasiertes Sporttreiben –
Organisationshilfe des DTB, Stand 12.05.2020
SARS-CoV-2 Steckbrief zur Coronavirus-Krankheit-2019 (COVID-19)
des RKI, Stand: 03.06.2021