KSB MITTELSACHSEN e.V.

wir bewegen Mittelsachsen

Empfehlungen zum Wiedereinstieg in den Vereinssport

Der erste Schritt ist getan. Der Sportbetrieb auf den Außensportanlagen kann ab heute langsam erfolgen. Dabei gilt es selbstverständlich auch im Rahmen des Sportbetriebs **sämtliche Vorgaben zum Infektionsschutz und den Sportstättenbetreibern einzuhalten**. Es wird grundsätzlich keine Sportart von dieser Entscheidung ausgeschlossen, die **Regularien der jeweiligen Fachverbände sind zu beachten**. Innensportflächen wie Turnhallen oder Schwimmbäder bleiben aber weiterhin geschlossen.

Der Wiedereinstieg ist die Chance zurück zu einem normalen Sportbetrieb. Handelt bitte wie immer! Stets vernünftig, mit gesundem Menschenverstand und haltet die vorgegebenen Verfügungen und Verordnungen ein. **Wenn ihr bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl habt und euch über die möglichen Risiken nicht im Klaren seid, solltet ihr darauf verzichten und alternativ eine risikofreie Aktivität suchen.**

➢ Distanz wahren

- der Mindestabstand zwischen den Personen muss mindestens 1,50 bis 2,0 Meter (besser mehr) betragen, dieser Abstand ist auch im Sanitärbereich unbedingt einzuhalten
- Sportstätten im Freien dürfen nur dann betreten werden, wenn der Mindestabstand eingehalten wird, aber nicht mehr als eine Person pro 20 qm Nutzungsfläche
- das Training darf nur in Kleingruppen stattfinden (3 bis 5 Personen)
- der Trainer/ Übungsleiter sollte evtl. einen größeren Abstand halten und die Einheiten von außen (Tribüne, Absperrung) leiten und korrigieren
- es sind während des Trainings keine Zuschauer zuzulassen
- Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden

➢ Körperkontakt vermeiden

- jeglicher Körperkontakt ist zu vermeiden, insbesondere bei Kontakt- und Mannschaftssportarten
- die Sportlerinnen und Sportler betreten die Sportanlageanlage kurz vor dem offiziellen Trainingsbeginn und verlassen diese unmittelbar nach dem Training. Ein zeitversetztes Training (10-15 Minuten) wäre dabei am Einfachsten
- auch im Sport sind Begrüßung und Respektsbekundungen, Gratulationen, Jubel ohne Körperkontakt möglich
- es sind keine Wettkampfsimulationen und -spiele durchzuführen; Mannschaftstraining im herkömmlichen Sinne ist nicht zulässig
- die Trainingsinhalte sind den Vorgaben entsprechend anzupassen

➢ Informieren und Dokumentieren

- alle Teilnehmenden sind vor Beginn der Sportausübung über die Symptome der Covid-19-Infektion aufzuklären und über die Abstands- und Hygieneregeln zu belehren – diese Belehrung sollte dokumentiert werden
- Personen mit entsprechenden Symptomen (insbesondere Fieber, Husten, Kurzatmigkeit) dürfen die Sportstätte nicht betreten
- Das Führen einer Anwesenheitsliste zur Nachverfolgung einer möglichen Infektionskette ist empfehlenswert. Die Gruppenzusammensetzung sollte im Training möglichst gleichbleiben

➢ Hygieneregeln einhalten

- die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen, insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten (möglichst eigene Sportgeräte nutzen) müssen konsequent eingehalten werden
- Bekleidungswechsel, Körperpflege und das Duschen muss von den Sporttreibenden zu Hause durchgeführt werden – Duschräume sind zu sperren
- Sanitäranlagen mit Waschmöglichkeiten sind bereitzustellen und möglichst einzeln zu betreten
- eine Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen muss unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen

➢ Vereinsheime und Gastronomie bleiben vorerst geschlossen

- Umkleidekabinen ebenso wie Gastronomiebereiche müssen geschlossen bleiben
- die Nutzung von Gesellschafts- und sonstigen Gemeinschaftsräumen muss untersagt werden

➢ Risikogruppen nicht gefährden

- Risikogruppen sollten keiner besonderen Gefährdung ausgesetzt werden

Freiberg, den 04.05.2020