

Sportverein Esting e.V.
Richtlinien für eine Wiederaufnahme des Sportbetriebs
in Zeiten der COVID-19 Pandemie
für die Abteilung **Kraft & Fitness**



Ein Zeitpunkt, ab wann Indoor-Sportstätten in Bayern wieder ohne Einschränkung genutzt werden können, ist noch nicht absehbar.

Es liegen jedoch Empfehlungen des **BLSV** und ein Handlungskonzept Sport vor.

Dieses „**Handlungskonzept**“ gelten übergreifend für alle Abteilungen des SV Esting:

1. **2G+** (Ausübung Indoor nur geimpft oder genesen UND getestet; Außenbereich keine 2G-Regelung, auch wenn WCs, Umkleiden, Duschen im Innenbereich liegen; keine Testpflicht für Kinder < 6. Lj. und Schüler:Innen)
2. **Booster:** 14 Tage nach erfolgter Drittimpfung („Booster“) ist keine negativer Corona-Test mehr nötig.
3. Der **Verein dokumentiert 2G+ Nachweise** gemäß Handlungsempfehlung BLSV bis auf Weiteres. Das Mitglied kann der zeitlich unbefristeten Aufbewahrung widersprechen.
4. **Distanzregeln** einhalten
5. Körperkontakte müssen soweit möglich unterbleiben
6. Der Sport sollte soweit möglich kontaktfrei durchgeführt werden (Verzicht auf Abklatschen, Händeschütteln, Umarmen, Trinkflasche anbieten...)
7. **Freiluftaktivität** bevorzugen
8. Hygienemaßnahmen einhalten (regelmäßiges, gründliches Händewaschen, Hust-/Niesetikette...)
9. Tragen eines FFP2 Mundschutzes (außer bei der Sportausübung;)
10. **Vereinsheime sind geöffnet**
11. **Umkleiden & Duschen sind geöffnet**
12. Angehörige von **Risikogruppen besonders schützen**
13. Risiken in allen Bereichen minimieren

Konkret bedeutet das für unsere Trainingsgruppen:

- Keine grundsätzliche Begrenzung der **Teilnehmerzahl**
- Bei **Krankheitssymptomen** – egal welcher Art – ist die Teilnahme am Training untersagt. Das gilt auch für ÜL.
- Jeder Sportler und ÜL muss eine **FFP-2 Maske** mit ins Training nehmen und im Gebäude tragen; Während des Sports ist das Tragen nicht notwendig, aber empfohlen.
- ÜL müssen während der Ausübung ihrer Tätigkeit eine **FFP-2 Maske** tragen.
- Trainer / Verein stellen zusätzlich **Desinfektionsmittel** zur Verfügung.
- Wenn in **Ausnahmefällen** (Verletzung) der Mindestabstand unterschritten werden muss, ist sowohl vom Athleten als auch vom Betreuer ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.
- Vor dem Training **Hände waschen und/oder desinfizieren**
- Es ist eine **Belehrung** über die Verhaltens- und Hygienestandards (Abstandsregeln, Hust-/Niesetikette, Händedesinfektion etc.) durchzuführen und zu protokollieren.
- Mit dem Betreten der Trainingsstätten werden die **Corona-Richtlinien** des Sportverein Estingt e.V. akzeptiert.
- **Risikobereitschaft reduzieren:** Um Verletzungen zu vermeiden, ist unterhalb der persönlichen Leistungsgrenze zu trainieren
- Bei **Missachtung** der Regeln droht der jeweiligen Person ein (zeitweiser) Ausschluss vom Sportbetrieb.
- Die **Richtlinien** gelten für Sportler wie Trainer gleichermaßen.

Ergänzend wurden Richtlinien für **Abteilung Kraft & Fitness** erarbeitet.

Kraft & Fitness

Corona-Beauftragter: Tobias Marzin

- **Trainingsgruppen verkleinern**
 - Max. 20 TN

- **Abstandsregelung**
 - Geräteabstand wurde angepasst

- **Hygieneregulung 2G+**
 - **Genesen:** Vorlage PCR-pos. Test; Datum > 28 Tage und < 6 Monate
 - **Geimpft:** Vorlage Impfdokument; Datum + 14 Tage
 - **Getestet:** PCR < 48 Std. oder Schnelltest < 24 Std.
 - **Geboostert:** 14 Tage nach Drittimpfung entfällt die Testpflicht
 - Bei Sportausübung im Fitness-Studio ist keine Maske erforderlich
 - Desinfektionsmittel für Hände und Geräte wird bereitgestellt.
 - Beim Training wird ein großes Handtuch untergelegt
 - Regelmäßige Lüftungsintervalle mind. alle 30min (bitte Kleidung anpassen)
 - Vier Luftfilteranlagen
 - Lüftung 100% Frischluftzufuhr

Hinweis: Diese Richtlinien wurden am 15. Mai 2020 erstellt und am 17.12.2021 zuletzt aktualisiert. Geänderte Vorgaben der Politik und Verbände, sowie neue Erkenntnisse können Aktualisierungen notwendig machen.