

Empfehlungen bei der Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein **Wegweiser für Vereine**

Stand: 13. Mai 2020

Voraussetzung für die Wiedereröffnung des Sportbetriebs in den Sportvereinen sind die Vorgaben der Niedersächsischen Verordnung zur Bekämpfung der Corona-Pandemie in der jeweils aktuellen Fassung (<https://www.lsb-niedersachsen.de/landessportbund/alltag-mit-corona/>). Ggf. bestehen in einzelnen Kommunen gesonderte Regelungen, die entsprechend zu berücksichtigen sind. Weiterführende Fragen werden in den FAQs der Niedersächsischen Staatskanzlei (<https://www.lsb-niedersachsen.de/landessportbund/alltag-mit-corona/>) beantwortet.

Die folgenden Empfehlungen beziehen sich auf kontaktloses Sporttreiben im Freien auf privaten und öffentlichen Sportanlagen. Sporttreiben im öffentlichen Raum ist nach wie vor nur alleine oder mit Personen aus maximal zwei Haushalten möglich.

Allgemeine Hygienemaßnahmen - Checkliste:

- Der **Reinigungs- und Desinfektionsplan** des Vereins ist aktualisiert/erweitert und neu beschlossen.
- Folgende **Hygieneausrüstung** liegt in ausreichendem Umfang vor (bei kommunalen Sportstätten liegt die Verantwortung teilweise beim Träger):
 - Flächendesinfektionsmittel
 - Handdesinfektionsmittel mit Spendern
 - Flüssigseife mit Spendern
 - Papierhandtücher
 - Einmalhandschuhe
 - Mund-/Nasen-Schutz (für Trainer/-in und Übungsleiter/-in)
- Die Erste-Hilfe-Ausstattung ist auf Vollständigkeit überprüft und (falls nötig) um Mund-Nasen-Schutzmasken und Einweghandschuhe erweitert.

- Sämtliche Hygienemaßnahmen und neuen Regelungen sind **an alle Mitglieder, Teilnehmende, Trainern/Übungsleitern und Trainerinnen/Übungsleiterinnen und Beschäftigten kommuniziert**:
 - per E-Mail
 - über die Website und die Social-Media-Kanäle
 - per Aushang an den Sportstätten
- Anwesenheitslisten** für Trainingseinheiten und Sportkurse sollten vorbereitet werden, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können (empfohlen wird die Nutzung eines Online-Anmeldeverfahrens).
- Aushänge**, wie viele Personen sich in den einzelnen Räumen/Flächen gleichzeitig aufhalten dürfen, sind gut sichtbar platziert (Richtwert: wenigstens 10m² pro Person).
- Es ist **ein/e Beauftragte/r** benannt, um die **Einhaltung der Maßnahmen** laufend zu überprüfen. Das Prozedere ist in einem separaten Konzept beschrieben.

Nutzung der Sportstätte - Checkliste:

- Im **Reinigungs- und Desinfektionsplan** ist geregelt, wer für die Hygiene in den genutzten Räumlichkeiten/Flächen zuständig ist (inklusive Reinigungszeiten).
- Bei Nutzung einer städtischen/kommunalen Sportstätte ist die Einhaltung der entsprechenden **Richtlinien des Trägers** zu gewährleisten.
- Handdesinfektionsmittel** wird vor dem Betreten und Verlassen der Sportstätte bereitgestellt.
- Der Verein gewährleistet, dass der **Zutritt zur Sportstätte**
 - nacheinander,
 - ohne Warteschlangen,
 - mit entsprechendem Mund-Nasen-Schutz und
 - unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Metern erfolgt.
- Wenn möglich sind in der Sportstätte **getrennte Ein- und Ausgänge** und **markierte Wegführungen („Einbahnstraßen-System“)** vorgegeben, um die persönlichen Kontakte zu minimieren.
- Werden **Räumlichkeiten** für Sitzungen von gewählten Gremien genutzt, ist sichergestellt, dass jede Person beim Betreten und Verlassen des Raumes sowie

beim Aufenthalt einen Abstand von mindestens 1,5 Metern zu jeder anderen Person, die nicht zum eigenen Hausstand gehört, einhält. Alle Räume vor und nach jeder Nutzung gelüftet.

- Aufzüge** dürfen stets nur von einer Person genutzt werden.
- Aushänge** informieren über die wichtigsten Verhaltens- und Hygieneregeln (richtig Hände waschen/desinfizieren, Niesen/Husten, Abstand, Körperkontakt, Lüftung der Räume).
- In den **Toilettenanlagen** gibt es eine ausreichende Menge an Handdesinfektionsmitteln, Flüssigseife und Papierhandtüchern. Der Abfall sollte in geschlossenen Behältern kontaktfrei entsorgt werden.
- Auch in den Toilettenanlagen muss ein **Mindestabstand** von 1,5 Metern eingehalten und ein **Mund-Nasen-Schutz** getragen werden.
- Dusch-/Waschräume sowie Umkleiden** dürfen nicht benutzt werden.
- Für den **Betrieb der Vereinsgaststätten** gelten die in der Niedersächsischen Verordnung zur Bekämpfung der Corona-Pandemie vorgegebenen Regelungen und Standards (§ 6).

Trainings- und Kursbetrieb – Checkliste:

Generell sind alle Sport- und Bewegungsangebote des Vereins bzgl. ihrer Durchführbarkeit im Sinne der Einhaltung der Regeln zum Infektionsschutz zu prüfen.

Sportartspezifische Vorgaben sind in den Übergangsregeln der Spitzensportverbände und der Landesfachverbände geregelt und sollten vor der Wiedereröffnung des Trainingsbetriebs in der jeweiligen Sportart herangezogen werden. Darüber hinaus gibt es einen gesonderten **Leitfaden für Trainern/Übungsleitern und Trainerinnen/Übungsleiterinnen**.

- Die Trainer/Übungsleiter und Trainerinnen/Übungsleiterinnen wurden in die **Hygienebestimmungen des Vereins** eingewiesen und haben deren Kenntnis schriftlich bestätigt.
- Den Trainern/Übungsleitern und Trainerinnen/Übungsleiterinnen werden **notwendige Materialien zur Einhaltung der Hygienevorschriften** (z. B. Mund-Nasen-Schutz, Maßband/Zollstock) zur Verfügung gestellt.

- Die **Gruppengrößen** sind gemäß den geltenden Empfehlungen der Spitzensportverbände verkleinert worden. Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 10m² pro Teilnehmendem.
- Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung zur Sparteinheit bestätigen:
 - Es bestehen **keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome**.
 - Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
 - Vor und nach der Sparteinheit muss ein **Mund-Nasen-Schutz** getragen werden. Dieser kann während der Sparteinheit abgelegt werden.
 - Die **Hygienemaßnahmen** (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten.
- Zwischen den Sparteinheiten sollte eine **Pause von mindestens 10 Minuten** vorgesehen werden, um Hygienemaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen.
- Die Trainern/Übungsleitern und Trainerinnen/Übungsleiterinnen und Teilnehmenden reisen individuell und bereits in **Sportbekleidung** zur Sparteinheit an. Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.
- Gästen, Zuschauer und Zuschauerinnen** ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet. Kinder unter 14 Jahren dürfen durch eine Person begleitet werden.
- Die Trainer/Übungsleiter und Trainerinnen/Übungsleiterinnen sollten **Anwesenheitslisten führen**, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
- Die Trainer/Übungsleiter und Trainerinnen/Übungsleiterinnen desinfizieren vor und nach der Nutzung sämtliche **bereitgestellten Sportgeräte**. Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.
- Wenn Teilnehmende **eigene Materialien und Geräte** (z. B. Yogamatten) mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
- Jeder Teilnehmende bringt seine **eigenen Handtücher und Getränke** zur Sparteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet.

- Die Trainer/Übungsleiter und Trainerinnen/Übungsleiterinnen 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.). Ein Verletzungsrisiko ist zu minimieren.
- Die Trainer/Übungsleiter und Trainerinnen/Übungsleiterinnen achten darauf, dass der **Mindestabstand von 2 Metern** während der gesamten Sporeinheit eingehalten wird.
- Bei **Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität** sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).
- Sämtliche **Körperkontakte** müssen vor, während und nach der Sporeinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen sowie Partnerübungen.
- Sportarten mit Körperkontakt und Mannschaftssportarten dürfen derzeit nur über ein **Alternativ- oder Individualprogramm** betrieben werden (siehe hierzu die Übergangsregeln der Spitzensportverbände [bzw. der Landesfachverbände](#)).
- Im Falle eines **Unfalls/Verletzung** müssen sowohl Ersthelfer*innen als auch der*die Verunfallte/Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Im Falle einer Wiederbelebung wird der Mund der wiederzubelebenden Person mit einem Tuch bedeckt, die Herzdruck-Massage durchgeführt und ggf. auf die Beatmung verzichtet.
- Alle Teilnehmenden **verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporeinheit**.

Hinweise:

Die obenstehenden Hinweise sind ausschließlich als **Empfehlungen** zu verstehen. Die rechtlich bindenden Grundlagen bilden die **Niedersächsische Verordnung zur Bekämpfung der Corona-Pandemie (<https://www.lsb-niedersachsen.de/landessportbund/alltag-mit-corona/>)** und die Verfügungen der jeweils zuständigen kommunalen Gebietskörperschaften in der jeweils gültigen Fassung.

Die stufenweise des Sportbetriebs in Niedersachsen steht unter dem Vorbehalt, dass die Infektionszahlen nicht signifikant ansteigen. Steigen die Infektionszahlen in einem Kreis oder einer kreisfreien Stadt an, ist mit sofortigen regionalen Beschränkungen zu rechnen. **Daher sind die Sportvereine angehalten, sich ständig über die jeweils vor Ort geltenden Bedingungen zu informieren.**