



## Hygienekonzept für die Wiederaufnahme des Sportbetriebes

Unter Beachtung der **Niedersächsischen Verordnung zum Schutz vor Neuinfektionen mit dem Corona-Virus**, der **10 Leitplanken des DOSB** und der **Empfehlungen der Sportfachverbände**, sowie den **Allgemeinverfügungen und Hygieneplänen der Kommunen** (in der jeweils aktuellen Fassung) wird der MTV Hohenkirchen den Sportbetrieb auf und in Sportstätten wieder aufnehmen.

Die nachfolgenden Maßnahmen und sportliche Betätigung gelten grundsätzlich unter Vorbehalt des Infektionsgeschehens.

### **Grundregeln für alle Sportteilnehmer, unabhängig von der Warnstufe oder Inzidenz:**





- Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 m (soweit es die Sportart zulässt)
- Tragen eines medizinischen Mundschutzes in Innenräumen (während der Sportausübung und nach Einnahme eines Sitzplatzes nicht mehr erforderlich)
- Konsequente Einhaltung von Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen, insbesondere in Bezug auf gemeinsam genutzte Sportgeräte.
- Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen, Vermeidung von Engpässen und Warteschlangen. Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 Metern auf allen Zuwegen, Parkplätzen, sowie beim Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten.
- Regelmäßiges Lüften (soweit die Räumlichkeiten es zulassen)
- Die Daten zur Kontaktnachverfolgen sind in der Regel durch die Luca-App oder Corona-Warn-App zu erfassen. In Ausnahmefällen (Sport mit Kindern, kein Mobilfunktelefon vorhanden) auf der auf Homepage verfügbaren Liste zur Kontaktnachverfolgung
- Einhaltung des Hygienemerkblasses des Landkreises Friesland
- Die jeweiligen Übungsleiter sind für die Einhaltung der Regeln verantwortlich

### **Erweiterte Regeln, wenn die Inzidenz über 50 liegt oder die 1. Warnstufe gilt:**




- Teilnahme an den Sportangeboten nur noch bei Vorlage eines 3G-Nachweises (Impfzertifikat, Genesenennachweis, negatives Testergebnis)

### **Erweiterte Regeln der Warnstufen 2 und 3 werden vom Landkreis Friesland per Allgemeinverfügung bekannt gegeben und diesem Hygienekonzept nach Veröffentlichung beigelegt.**

- Die erweiterten Regeln der entsprechenden Allgemeinverfügung wird auf der Homepage des MTV veröffentlicht und den Übungsleitern per E-Mail mitgeteilt. Die Übungsleiter haben die Teilnehmer über Änderungen zu informieren.
- Mögliche Einschränkungen:
  - Anwendung der 2G-Regel (es dürfen nur noch Geimpfte und Genesene teilnehmen)
  - Lockdown (Einstellung des Sports)
  - oder ähnliches

	<h2>Distanzregeln einhalten</h2> <p>Ein Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen den Teilnehmenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Aufgrund der Bewegung beim Sport ist der Abstand eventuell großzügiger zu bemessen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen muss unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.</p> <p><b>Zutrittsregelung der Sportstätten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ <b>Vereinsanlage:</b> Sportler, welche die Vereinslage oder das Vereinsheim verlassen, haben immer Vorrang vor Sportlern, welche die Vereinsanlage oder das Vereinsheim betreten wollen.</li> <li>✚ <b>Sportplatz:</b> Der Zutritt erfolgt über das Eingangstor. Sportler, welche den Sportplatz verlassen, haben immer Vorrang vor Sportlern, welche den Sportplatz betreten wollen.</li> <li>✚ <b>Sporthalle Ringstraße:</b> Der Zutritt erfolgt über die Eingangstür, das Verlassen über den Notausgang.</li> <li>✚ <b>Sporthalle Oberschule:</b> Der Zutritt erfolgt über die Eingangstür, das Verlassen über die Notausgänge.</li> </ul> <p>Alle Gruppen haben die Sportstunde zu verkürzen (ca. 10 Minuten), damit ein kontaktloser Wechsel der Gruppen möglich ist. Die Sportstätte ist nach der Sportstunde zügig zu verlassen.</p>
	<h2>Körperkontakte möglichst auf ein Minimum begrenzen</h2> <p>Sport und Bewegung ohne Körperkontakt sind zu bevorzugen und außerhalb der sportartspezifischen Trainings- und Spielsituation sollten körperliche Kontakte komplett unterbleiben. Auf Händeschütteln, Abklatschen, Umarmen und Jubeln oder Trauern in Gruppen ist zu verzichten.</p>
	<h2>Mit Freiluftaktivitäten starten</h2> <p>Sport an der frischen Luft, im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen Freiluftsportanlagen erleichtert das Einhalten von Distanzregeln und reduziert das Infektionsrisiko durch einen permanenten Luftaustausch. Wenn möglich, sollten auch traditionelle Hallensportarten, das Training im Freien ausüben.</p>
	<h2>Begrenzter Zugang zu Vereinsheim und Umkleiden/Duschen</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sporthallen:</b> Die Umkleiden und Duschen können in Absprache mit den Kommunen (Betreiber) genutzt werden. In der Sporthalle an der Oberschule ist nur jede 2. Dusche zu nutzen. In der Sporthalle Ringstraße ist die mittlere Dusche nicht zu nutzen.</li> <li>• <b>Vereinsheim:</b> Öffnung der Vereinsheime ist nur für Mitglieder erlaubt, die Regelungen der Niedersächsischen Corona - Verordnung vom 24.08.2021 <b>sind über das Hausrecht dabei anzuwenden</b>, diese lauten: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Die Betreiberin oder der Betreiber hat sicherzustellen, dass die Gäste das Abstandsgebot einhalten</li> <li>○ Die*der Betreiber*in ist darüber hinaus verpflichtet, Maßnahmen aufgrund eines Hygienekonzepts zu treffen.</li> <li>○ Die Pflicht eines Gastes zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung ist im Rahmen der Außenbewirtschaftung auf einen Aufenthalt in geschlossenen Räumen, zum Beispiel den Räumen der sanitären Anlagen, beschränkt.</li> <li>○ Die Regelungen über die Datenerhebung und Dokumentation sind anzuwenden.</li> </ul> </li> </ul>

	<h3>Veranstaltungen und Wettbewerbe</h3> <p>Für die Durchführung sportlicher Wettkämpfe ist mit dem Coronabeauftragten ein individuelles Konzept zu erarbeiten, welches organisatorische und hygienische Maßnahmen beinhaltet, mit dem Ziel das Infektionsrisiko so gering wie möglich zu halten und eine Kontaktnachverfolgung zu ermöglichen. Dabei sind sportartspezifische Aspekte sowie die Voraussetzungen der jeweiligen Sport- und Veranstaltungsstätten zu berücksichtigen. Das gilt insbesondere dann, wenn neben den Sportteilnehmern auch Zuschauer zugelassen werden sollen.</p>
	<h3>Trainingsgruppen verkleinern</h3> <p>Die maximale Anzahl der Sporttreibenden auf und in einer Sportlage bestimmt sich nach der in der <b>Niedersächsischen Verordnung zum Schutz vor Neuinfektionen mit dem Corona-Virus</b>.</p> <p><b>Bitte die Aushänge im Vereinsheim und den Sporthallen beachten.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sporthalle Oberschule:</b> Die maximale sich gleichzeitig in und auf Sportanlagen aufhaltenden Personen richtet sich nach dem Hygienemerksblatt des Landkreises Friesland.</li> <li>• <b>Sportplatz und Outdoor-Sport:</b> Bei einer Inzidenz <b>über 50</b> gilt eine Fläche von wenigstens 10 m<sup>2</sup>. Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung)</li> <li>• <b>Sporthalle Ringstraße:</b> Die maximale sich gleichzeitig aufhaltender Personen richtet sich analog dem Hygienemerksblatt des Landkreises Friesland bezogen auf ein Hallendrittel.</li> <li>• <b>MTV Außenanlage und Vereinsheim:</b> Außenanlage: Bei einer Inzidenz <b>über 50</b> gilt eine Fläche von wenigstens 10 m<sup>2</sup>. Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung)</li> </ul>
	<h3>Angehörige von Risikogruppen besonders schützen</h3> <p>Für Angehörige von Risikogruppen (Informationen dazu sind beim Robert Koch Institut erhältlich) ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Falls möglich sollte ein Individualtraining angeboten werden.</p>
	<h3>Sensibel bleiben und Risiken weiterhin meiden</h3> <p>Dieser Punkt ist ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Auch wenn sich die allgemeine Infektionsgefahr in den letzten Wochen positiv entwickelt hat, gilt weiterhin, unnötige Risiken im Alltag und beim Sporttreiben zu vermeiden. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.</p>

	<h2>Lüftungspläne</h2> <p>In den Sporthallen ist durch regelmäßiges und intensives Lüften ein kontinuierlicher Luftaustausch zu gewährleisten. Hierfür sollten insbesondere Pausen zwischen den Gruppenwechseln genutzt werden, oder alternativ entsprechende Pausen eingeplant werden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> <b>Lüftung der Sporthalle Ringstraße:</b>  Der Übungsleiter, welcher die Sporthalle als erstes nutzt hat die Fenster zu öffnen. Die Fenster bleiben geöffnet. Der Übungsleiter, welcher die Sporthalle als letztes nutzt, schließt diese wieder nach Beendigung der Sportstunde. </li> <li> <b>Lüftung der Sporthalle Oberschule:</b>  Das Öffnen der Oberlichter erfolgt automatisch, darauf hat der Übungsleiter keinen Einfluss. Die Übungsleiter haben daher vor/nach jeder Sportstunde eine Stoßbelüftung von 5 bis 10 Minuten durch Öffnen der Notausgänge durchzuführen. </li> <li> <b>Vereinsheim:</b>  Die Räumlichkeiten des Vereinsheim sind stündlich für 20 Stoß zu lüften. </li> </ul>
	<h2>Sportgeräte</h2> <p>Insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten und -flächen durch mehr als eine Person ist eine regelmäßige Desinfektion nach jeder Nutzung notwendig. Die erforderlichen Desinfektionsmittel werden von den Kommunen bereitgestellt. Die Vereine haben eine Wisch-Desinfektion durchzuführen, d.h. Sportgeräte (Matten, Bälle, Kleingeräte, Kästen, Musikanlagen usw.) sind mit dem Desinfektionsspray einzusprühen und danach mit einem Papiertuch abzuwischen. Die Hallenböden werden täglich von den Kommunen nass gereinigt. Teilnehmer, die eigene Sportgeräte (z.B. Gymnastikmatte) mitbringen, sind für die Desinfektion dieser selbst zuständig. Die Übungsleiter haben die Zeit für die Reinigung und Desinfektion in die Sportstunde einzuplanen.</p>
	<h2>Anmeldung/Teilnehmerlisten</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li> <b>Kontaktliste:</b>  Die Kontaktdaten sind mittels der Luca-App oder Corona-Warn-App zu erfassen. In Ausnahmefällen (Sport mit Kindern, kein Mobilfunktelefon vorhanden) werden die Kontaktdaten über die auf der Homepage verfügbare Kontaktliste aufgenommen. </li> </ul>



## Desinfektionskonzept

### Aufgaben der Kommunen:

- Tägliche Unterhaltsreinigung einer Sporthalle**  
 Alle genutzten Räume einer Sporthalle werden an jedem Schultag die Kommune gereinigt. Die tägliche Unterhaltsreinigung erfolgt unter Verwendung von Tensid haltigen Reinigungsmitteln, die den Anforderungen des aktuellen Virus-Geschehen entsprechen und für Sporthallen geeignet sind. Routinemäßig erfolgt eine Reinigung der Sportböden mit Tensid haltigen (handelsüblich) Reinigungsmitteln, die Kontaktflächen die regelmäßig mit Händen berührt werden (z.B. Sanitäranlagen, Umkleiden, Türklinken, Lichtschalter, Treppenläufe etc.) werden mit Flächendesinfektionsmittel im Wischverfahren desinfiziert. Diese werden vorgehalten, dass diese im Bedarfsfall z.B. durch Nutzer angewandt werden können.
- Sanitäranlagen**  
 Tägliche Reinigung und Kontrolle inkl. Bestückung mit Flüssigseife, Einmalhandtücher und Toilettenpapier.
- Handwaschmöglichkeiten**  
 Handwaschmöglichkeiten sind in den sanitären Räumlichkeiten eingerichtet. An allen Waschmöglichkeiten werden ausreichend Seifenspender vorhanden sein. Sofern keine verbauten Seifenspender vorhanden sind, wird es eine Ausstattung mit einfachen Seifenspendern geben. Zur Entsorgung der Einmalhandtücher stehen Abfalleimer mit Klappdeckeln zur Verfügung. Die Hände sollten regelmäßig und gründlich mit Wasser und Seife über 20-30 Sekunden gewaschen werden.
- Handdesinfektionsmöglichkeiten**  
 Um die Handdesinfektion vor Eintritt in die Sporthalle zu gewährleisten, wird unmittelbar an den Eingängen der Sporthalle die Möglichkeit zur Handdesinfektion geschaffen. Es werden entsprechende Spender aufgestellt und durch den Hausmeister regelmäßig aufgefüllt.

### Aufgaben des Vereins:

- Reinigung und Desinfektion durchführen**  
 Am Ende einer Sporteinheit bzw. eines Kurses muss eine ausreichende Pause eingehalten werden, um Hygienemaßnahmen vom nutzenden Verein durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Diese kann unterschiedlich lang ausfallen, da bspw. ein Yoga-Kurs mit 5 Personen keinen gleich hohen Desinfektionsaufwand aufweist, wie eine Nutzung der Halle durch 20 Handballspieler/innen. Das bedeutet, dass jede Trainingseinheit bzw. jeder Kurs vorzeitig vor dem regulären Ende der gebuchten Hallenzeit beendet werden muss, um eine hygienisch einwandfreie Desinfektion für den nachfolgenden Verein sicherzustellen. Dabei müssen alle genutzten Bereiche mit einem Flächendesinfektionsmittel mittels Wischdesinfektion desinfiziert werden. Darunter fallen alle verwendeten Sportgeräte- und materialen, die genutzten sanitären Anlagen, alle Türklinken, Lichtschalter und sonstigen Kontaktflächen. Etwaige Trocknungszeiten müssen einkalkuliert werden.



Mundschutz tragen!

## Medizinischer Mundschutz

Das Tragen eines medizinischen Mundschutzes kann in einigen Sportarten sinnvoll sein. In den Sporthallen besteht eine Mundschutzpflicht. Nur während der Sportausübung darf diese abgenommen werden. Beim Betreten/Verlassen sowie Toilettengang ist diese zu tragen.

Im Vereinsheim besteht ebenfalls eine Mundschutzpflicht. Bei Einnehmen eines Sitzplatzes darf diese abgenommen werden.

Diese Handlungsempfehlung wird ständig nach den jeweils gültigen Vorgaben und Empfehlungen des Landes Niedersachsen, der Kommunen und den Sportfachverbänden aktualisiert und angepasst.

Wir bitten alle Übungs-, Abteilungsleiter und Mitglieder des Vereins diese Handlungsempfehlung zu beachten. Wir vertrauen Euch, dass Ihr verantwortungsbewusst und wohlbedacht Eurem Sport wieder nachgeht.

Bei Fragen steht Euch der Corona Beauftragte zur Verfügung.

**Jörg Becker**

**E-Mail:           medienwart@mtv-hohenkirchen.de**  
**Mobil:            0163-8786806**

**MTV Hohenkirchen von 1867 e.V.**

*Euer Vorstand*