

CORONA - HYGIENEEMPFEHLUNG FÜR DEN EINGESCHRÄNKTEN SPORTBETRIEB IN ÖFFENTLICHEN EINRICHTUNGEN DER STADT SOLMS

Der Sport- und Trainingsbetrieb kann nach Maßgabe der folgenden Regeln wieder erlaubt werden:

- **Distanzregeln einhalten (1,5 - 2 Meter)**
Ein Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Meter zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen. Das Einhalten der Husten- und Nies-Etikette ist zwingend erforderlich.
- **Kontaktfreier Trainingsbetrieb ohne Wettkampfsimulation**
Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen und in den Arm nehmen in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z.B. in Spielsportarten, sollte unterbleiben. In Zweikampfsportarten kann nur Individualtraining stattfinden.
- **Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen einhalten**
Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden. In einigen Sportarten kann der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll sein.
- **Trainingsgruppen verkleinern**
Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (bis zu fünf Personen), die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert.
- **Risiken in allen Bereichen minimieren**
Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat und sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden. Zusätzlich dürfen Risikogruppen im Sinne der Empfehlung des Robert Koch Instituts keiner besonderen Gefährdung ausgesetzt werden.
- **Es sind Anwesenheitslisten zu führen**
- **Es muss regelmäßig gelüftet werden (20 min. zwischen verschiedenen Nutzungsgruppen)**
- **Die Umkleidekabinen und Duschen müssen geschlossen bleiben**
- **Zuschauer sind nicht zugelassen**
- **Sportler/innen müssen bei Krankheitszeichen zuhause bleiben**

Zusätzlich gilt der Hygieneplan des Lahn-Dill-Kreises für die Nutzung der Turnhallen vom 15.05.2020 und die Empfehlungen der deutschen Sportverbände für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben je nach Sportart.

Der jeweilige Nutzer ist dafür verantwortlich, dass die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen eingehalten werden und ein Hygiene-Notfallkit bereitgehalten wird.