

Abteilung: RBB

**Landestrainer:**

Sebastian Gillsch

Mobil: 0176/70708850

E-Mail: gillsch@bvs-bayern.com

Internet: www.bvs-bayern.com

Datum: 30.03.2021

## Merkblatt Sonderregelungen COVID-19

### Lehrgangsmaßnahmen 2021

Liebe Athletinnen, Athleten und Vereine,

bei aller Euphorie und Freude darüber, dass wir nun endlich wieder mit dem Mannschaftstraining durchstarten können, bitte ich euch nachfolgende Hinweise und Handlungsempfehlungen zu verinnerlichen und stets zu berücksichtigen:

- 
- **Corona-Schnell-/Selbsttests** erfolgen direkt vor jeder Maßnahme! Ausschließlich Athleten\*innen mit negativem Testergebnis erhalten Zutritt zur Sportstätte.
  - **Distanzregeln** einhalten (1,5 m abseits des Spielfeldes, keine unnötige Grüppchenbildung vor und in der Halle)
  - **Spielferne Körperkontakte** müssen Unterbleiben (kein Abklatschen oder ähnliches auf und abseits des Spielfeldes,...)
  - **Mund-/Nasenschutz** mittels FFP2-Masken gewährleisten (vor und nach dem Training)
  - **Hygieneregeln** einhalten (Hände vor und nach dem Training waschen und desinfizieren. Auch das Spielgeräte wird vor und nach dem Training desinfiziert)
  - **Umkleiden, Duschen & Toilettenanlagen** stehen während des Lehrgangs zur Verfügung (Es gilt jedoch die Maskenpflicht!)
  - **Fahrgemeinschaften** sind ausschließlich unter der Nutzung von FFP2-Masken möglich!

---

Weiterhin genießen wir als Landeskader in Bayern eine Sonderstellung! Ein vollwertiges Teamtraining in geschlossenen Sportstätten ist im Moment nur einem kleinen Personenkreis vorbehalten. Um dieses Privileg nicht zu gefährden und um unserer Vorbildfunktion auch zukünftig gerecht zu werden, bitte ich jeden Einzelnen von euch darum, stets als gutes Beispiel zu fungieren.

Im Anhang findet Ihr diverse Informationen zum Thema Sport unter COVID-19.

Auf Basis der uns zur Verfügung stehenden Informationen und Handlungsempfehlungen beurteilen wir die Lage stets situativ und zeitgerecht. Über mögliche Lockerungen, aber auch erneute Verschärfungen betreffenden Sonderregelungen halten wir euch immer auf dem aktuellen Stand.

Vielen Dank für euer Verständnis.

Mit sportlichen Grüßen,



Sebastian Gillsch

Landestrainer Rollstuhlbasketball  
BVS Bayern e.V.

Anlagen:

1. 20210330\_Die\_neuen\_Leitplanken
2. 20210330\_Leitplanken\_Halle



## **Die neu(e)n Leitplanken des DOSB**

### **Distanzregeln einhalten**

Abstand zwischen Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren zu reduzieren. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte dementsprechend unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen. Der Umgang mit Distanzregeln während des Sporttreibens muss in Abhängigkeit von den Sportarten und der jeweils aktuell gültigen behördlichen Vorgaben individuell festgelegt werden.

### **Körperkontakte auf ein Minimum begrenzen**

Sport und Bewegung ohne Körperkontakt sind zu bevorzugen und außerhalb der sportartspezifischen Trainings- und Spielsituationen sollten körperliche Kontakte komplett unterbleiben. So ist auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe bestmöglich zu verzichten.

### **Freiluftaktivitäten nutzen**

Sport und Bewegung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, soweit möglich, auch von traditionellen Hallensportarten im Freien durchgeführt werden.

### **Hygieneregeln einhalten**

Häufigeres Händewaschen, die konsequente Einhaltung der Nies- und Hustenetikette, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen können das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen vor allem auch bei gemeinsam genutzten Sportgeräten konsequent eingehalten werden.

### **Begrenzter Zugang zu Vereinsheimen und Umkleiden**

Bei der Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen ist besonders die Einhaltung von ausreichenden Abständen zu sichern. Daher ist darauf zu achten, die Anzahl der Personen, die sich gleichzeitig in den Räumen aufhalten, zu begrenzen, sowie stets für ausreichend Belüftung zu sorgen.

Die Gastronomiebereiche können unter den jeweils geltenden Auflagen der Länder öffnen. In geschlossenen Räumen und wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, ist abgesehen von der sportlich aktiven Phase, der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll.

## **Veranstaltungen und Wettbewerbe**

Für die Durchführung sportlicher Wettkämpfe sollten individuelle Konzepte erarbeitet werden, die organisatorische und hygienische Maßnahmen beinhalten, mit denen das Infektionsrisiko geringgehalten wird und eine Kontaktnachverfolgung möglich ist. Dabei sind sportartspezifische Aspekte sowie die Voraussetzungen der jeweiligen Sport- bzw. Veranstaltungsstätten zu berücksichtigen. Dies gilt insbesondere dann, wenn neben den Sportler\*innen auch Zuschauer\*innen zugelassen werden können.

## **Trainingsgruppen verkleinern**

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen. In einigen Bundesländern geben, insbesondere für den Indoor-Bereich, notwendige Quadratmetervorgaben pro Sportler eine Orientierung.

## **Angehörige von Risikogruppen besonders schützen**

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Individualtraining kann eine gut geeignete Option sein.

## **Sensibel bleiben und Risiken weiterhin meiden**

Auch wenn sich die allgemeine Infektionsgefahr in den vergangenen Wochen positiv entwickelt hat, gilt es weiterhin, unnötige Risiken im Alltag und beim Sporttreiben zu meiden. Häufig gibt es auch im Sport attraktive und gleichzeitig risikoarme Alternativen, die für ein zeit- und situationsgemäßes Training und sportartspezifische Wettkämpfe in Zeiten der Pandemie genutzt werden können.

In der Version vom 6. Juli 2020

## **Die Zusatz-Leitplanken des DOSB (Halle)**

### **Lüftungspläne**

In Sporthallen und Indoor-Sportstätten ist durch regelmäßiges und intensives Lüften ein kontinuierlicher Luftaustausch zu gewährleisten. Hierfür sollten insbesondere die Pausen zwischen Trainingsgruppen genutzt werden, bzw. zusätzliche Pausen eingeführt werden. Nach Möglichkeit sollte auch während des Trainingsbetriebs gelüftet werden. Falls Klima- bzw. Frischluftanlagen vorhanden sind, sollte eine fachgerechte Nutzung sichergestellt sein, um eine Fehlfunktion als „Infektionsverbreiter“ auszuschließen.

### **Desinfektionskonzept**

Zusätzlich zum regelmäßigen Händewaschen sollten beim Betreten und Verlassen der Sportstätte eine Gelegenheit zur Händedesinfektion zur Verfügung gestellt werden. Zusätzlich sollten vor und nach der sportlichen Aktivität in den geschlossenen Räumen Mund-Nase-Masken getragen werden. Flächen wie Türklinken, die von vielen Personen in kurzer Zeit genutzt werden, müssen konsequent und regelmäßig desinfiziert werden. Zudem ist eine Reinigung der Sanitärräume und die Bereitstellung von Seife und Handdesinfektionsmittel sicherzustellen.

### **Sportgeräte**

Insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten und -flächen durch mehr als eine Person ist eine regelmäßige Desinfektion nach jeder Nutzung notwendig. Bei gemeinsam genutzten Bällen in Sportsportarten sollten Pausen zur Desinfektion von Bällen und Händen genutzt werden. Das von Bällen ausgehende Infektionsrisiko ist bei verantwortungsvoller Nutzung grundsätzlich jedoch als gering einzuschätzen.

### **Anmeldung**

Im Indoor-Bereich ist ein Anmelde- und Anwesenheitsmanagement auf Grund des begrenzten Platzangebots besonders hilfreich. Grundsätzlich sollten sich Mitglieder einer Trainingsgruppe bei den Trainer\*innen anmelden, um vorher zu wissen wie viele Aktive an welchem Tag und an welchem Angebot teilnehmen. Dies erleichtert die Steuerung der Gruppengröße und erlaubt eine Nachverfolgung und die Einleitung von Quarantänemaßnahmen, falls es Infektionsfälle gibt. Den jeweiligen behördlichen Vorgaben zur flächenbezogenen Gruppengröße ist auch hier strikt Folge zu leisten. Durch gestaffelte Start- und Endzeiten des Trainings können größere Personenansammlungen und Überbelegungen vermieden werden.

In der Version vom 28. Mai 2020