

# **CORONA Hygiene-Regeln**

**Zusätzlich zu den allgemein üblichen Hygieneregeln gilt:**

- **Jedes Mitglied ist verpflichtet, sich in die Anwesenheitsliste ein- und wieder auszutragen**
- **Das Umkleiden und Duschen ist nicht erlaubt**  
**Die Toiletten sind geöffnet; dort sind die Hände vor Trainingsbeginn zu waschen**
- **Beim Gerätetraining ist das Unterlegen eines Handtuchs verpflichtend**
- **Es ist ein Mindestabstand zu anderen Personen von mindestens 1,5 m einzuhalten**  
**Das bedeutet, ist ein Gerät belegt, darf das nächste Gerät rechts oder links davon nicht benutzt werden.**  
**Nach Möglichkeit das einem benutzten Gerät gegenüberliegende Gerät ebenfalls nicht benutzen**
- **Auf den Gewichtheber-Flächen darf nur ein Sportler trainieren. Der Trainer ist von der Einschränkung ausgenommen**

- **Nach der Benutzung der Geräte sind diese zu desinfizieren. Die Tücher sind in die dafür vorgesehenen Behälter zu werfen**
- **Die Sauna dürfen wir leider nicht öffnen**
- **Es ist uns nicht erlaubt Produkte an der Theke zu verkaufen**

**Den Anweisungen der Hallenaufsichten ist unbedingt Folge zu leisten.**

**Unsere Mitarbeiter sind angewiesen für die Einhaltung der Regeln zu sorgen.**

**Der Vorstand**

# WIEDEREINSTIEG IN DEN VEREINSSPORT

## WICHTIGE FRAGEN

Am 6. Mai haben sich die Bundesregierung und die Ministerpräsident\*innen der Länder auf eine stufenweise Öffnung des Sportbetriebs in ganz Deutschland geeinigt. Für Hessen hat die Landesregierung einen Tag später konkrete Schritte zur Wiederaufnahme des Sports in unseren rund 7.600 Sportvereinen beschlossen, die der Landessportbund ausdrücklich begrüßt.

Den Rahmen, in dessen Grenzen der Vereinssport wieder aufgenommen werden kann, regelt die „**Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung**“ Hessen (aktuell vom 7. Mai 2020). Sie tritt am 9. Mai in Kraft und gilt bis zum 5. Juni 2020. Neben dieser Verordnung hat das Hessische Ministerium des Innern und für Sport (HMdIS) **weitere Regelungen und Auflagen im Rahmen eines Erlasses** veröffentlicht.

Nachfolgend sollen wichtige Fragen dazu geklärt werden. Die Aufstellung soll in Abstimmung mit dem HMdIS sukzessive erweitert und/oder konkretisiert werden.

(Stand 8-5-2020)

---

### Welche Regelungen gelten ab dem 9. Mai für den Breiten- und Freizeitsport in Hessen?

---



Die Regelungen für die Wiederaufnahme des Sportbetriebs in Hessen gelten ab dem 9. Mai nunmehr - neben dem Berufssport (Profisport) und Spitzensport - auch für den Nachwuchsleistungssport sowie den Sport und Trainingsbetrieb im Breiten- und Freizeitsport.

Der Sportbetrieb wird somit auf den Sportanlagen im Freien und in Hallen unter Einschränkungen ermöglicht. Voraussetzung ist, dass ein ausreichender Personenabstand gewahrt sowie die strengen Hygienebestimmungen eingehalten werden können.

Der Sportbetrieb ist ab dem 9. Mai in folgendem Umfang gestattet:

Der Trainingsbetrieb ist gestattet, wenn

- während der gesamten Trainingszeit ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen (z.B. Sportlerinnen und Sportlern sowie Trainerinnen und Trainern) eingehalten wird. Die offizielle Empfehlung des DOSB für Sporttreibende ist jedoch ein Mindestabstand von 2 Metern.
- ein Training von Spiel- und Wettkampfsituationen, in denen ein direkter Kontakt erforderlich oder möglich ist, untersagt wird. Der Trainingsbetrieb muss kontaktfrei ablaufen.
- Hygiene und Desinfektionsmaßnahmen, insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten, durchgeführt werden.
- der Trainingsbetrieb auf Sportanlagen nur unter Ausschluss der Öffentlichkeit, d.h. ohne Zuschauer, stattfindet. Der Sportbetrieb mit Zuschauern stellt eine Ordnungswidrigkeit dar.
- in den Toiletten ein Hinweis auf gründliches Händewaschen angebracht wird und darauf geachtet wird, dass ausreichend desinfizierende Seife und nicht wiederverwertbare Papierhandtücher zu Verfügung stehen.
- Dusch- und Umkleieräume, Waschräume, Gaststätten- und Gastronomiebereich sowie Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume sind geschlossen bleiben. Die Vereine sollen darauf hinwirken, dass die Sportlerinnen und Sportler sich am eigenen Wohnort umziehen und duschen.
- gewährleistet werden kann, dass die Steuerung des Zutritts zu Sportanlagen unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgt. Risikogruppen im Sinne der Empfehlung des Robert-Koch-Institutes dürfen keiner besonderen Gefährdung ausgesetzt sein.

Damit können jetzt auch Segelschulen, Surfschulen, Golflehrer oder Tennislehrer im Rahmen der Vorschriften und unter Einhaltung der Hygienebestimmungen ihre Arbeit wieder aufnehmen. Weitere Einzelheiten hat der Deutsche Olympische Sportbund für den überwiegenden Teil aller Sportarten zusammengetragen ([mehr](#)).

---

### Welche Einschränkungen und Vorgaben gelten für den Breitensport in Sporthallen?

---



Für den Sportbetrieb in Hallen, sogenannte „gedeckten Sportanlagen“, gelten neben den oben ausgeführten Bestimmungen keine weiteren Einschränkungen bezüglich der Personenzahl (Sporttreibende und Übungsleiter). Gerade der Gesundheits- und Reha-Sport und eine Vielzahl von Sportangeboten des Breitensports, vor allem im größten hessischen Sportfachverband, dem Turnverband, finden in Sport und Gymnastikhallen statt. Das ist jetzt wieder möglich.

Für ein entsprechendes Hygienekonzept ist der Betreiber verantwortlich, dieses ist zusätzlich zu den sportartspezifischen Konzepten zu beachten.

---

**Muss ein Hygienekonzept für die Wieder-Inbetriebnahme vorhanden sein?**

---



Ob die Beachtung der sportartspezifischen Verbandskonzepte ausreicht oder eigene Konzepte entwickelt werden, liegt in der Verantwortung des jeweiligen Betreibers einer Sportstätte und ist immer sportartspezifisch zu beantworten. Auch hier sei die Beachtung der 10 Leitplanken des Deutschen Olympischen Sportbundes zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs sowie die sportartspezifischen Konzepte der Spitzenverbände, die eine hervorragende Grundlage bieten, verwiesen. Die entsprechenden Informationen und Dokumente finden Sie auf der [Webseite des DOSB](#). Dort könne auch die Hygieneleitlinien des Robert-Koch-Instituts eingesehen werden.

---

**Bleiben die Sanitäranlagen geschlossen?**

---



Umkleiden und Duschen müssen geschlossen bleiben, Toiletten sind zu öffnen. Oder es muss innerhalb einer Umkleidekabine etwa mit Trassierband oder dem Errichten einer Barriere der Bereich abgesperrt werden, der zu den Duschen führt und nur der Zugang zu einer Toilette wird freigegeben. Gesonderte WC-Anlagen können geöffnet werden.

**Lesefassung (Stand: 9. Mai 2020)<sup>1</sup>**

**Verordnung zur Beschränkung von sozialen Kontakten und  
des Betriebes von Einrichtungen und von Angeboten  
aufgrund der Corona-Pandemie  
(Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung)  
Vom 7. Mai 2020**

**§ 2**

Schließung und Betrieb von Einrichtungen, Sportbetrieb

**(2) Der Sportbetrieb ist in folgendem Umfang gestattet:**

2. Trainingsbetrieb, wenn
  - a) er kontaktfrei ausgeübt wird,
  - b) ein Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen Personen gewährleistet ist,
  - c) Hygiene und Desinfektionsmaßnahmen, insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten, durchgeführt werden,
  - d) Umkleidekabinen, Dusch- und Waschräume sowie die Gemeinschaftsräumlichkeiten, ausgenommen Toiletten, geschlossen bleiben,
  - e) der Zutritt zur Sportstätte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgt und



## **Die zehn Leitplanken des DOSB**

### **Distanzregeln einhalten**

Ein Abstand von mindestens 2 Metern 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.

### **Körperkontakte müssen unterbleiben**

Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z. B. in Sportsportarten, sollte unterbleiben. In Zweikampfsportarten kann nur Individualtraining stattfinden.

### **Mit Freiluftaktivitäten starten**

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, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten im Freien durchgeführt werden.

### **Hygieneregeln einhalten**

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen 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.

### **Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen**

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird vorerst ausgesetzt. Die Gastronomiebereiche bleiben geschlossen, ebenso wie die Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume.

### **Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen**

In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans. Zudem ist auf touristische Sportreisen zu verzichten.

### **Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen**

Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Die Bundesregierung hat es Vereinen kurzfristig gestattet, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen in den Vereinen untersagt. Nicht gestattet sind zunächst auch sportliche Wettbewerbe.

### **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.

### **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. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

### **Risiken in allen Bereichen minimieren**

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. 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.