

StadtSportbund Potsdam e.V.

(Stand: 05.Mai 2020)

Richtlinien und Handlungsempfehlungen für den Trainingsbetrieb in Zeiten des Coronavirus

Diese Richtlinien und Handlungsempfehlungen sind nicht sportartenspezifisch ausgelegt und sollen als Orientierungshilfe für die Sportvereine dienen. Weiterhin werden wir diese Ausarbeitung weiterführend ergänzen. Dies ist von den geltenden Gesetzen und Verordnungen der Bundes-, Landes- bzw. Kommunalpolitik abhängig. Für die Ausarbeitung haben wir uns an den Empfehlungen des DOSB orientiert.

1. Abstandsregelung einhalten

Ein Mindestabstand von 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 bemessen.

2. Sport nur an der freien Luft

Der Sportbetrieb in geschlossenen Räumlichkeiten und Sporthallen wird grundsätzlich nicht empfohlen. Daher sollten auch Hallensportarten den Trainingsbetrieb nach draußen verlagern. Das Infektionsrisiko ist durch den permanenten Luftaustausch deutlich reduziert und auch die Abstandsregelung lässt sich einfacher umsetzen.

3. Keinen Körperkontakt zulassen

Trainingseinheiten und Bewegung müssen weiterhin kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln muss komplett verzichtet werden. Zweikampfsportarten dürfen nicht durchgeführt werden, hier ist nur ein Einzeltraining zulässig (individuelles Technik- und Taktiktraining). Auch Hilfestellungen durch den/die Trainer/-in sind nicht zulässig.

4. Trainingsgruppen verkleinern und Risikogruppen schützen

Durch kleinere Trainingsgruppen (bis zu max. 7 Personen inkl. Trainer/-in), die im Optimalfall auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammen trainieren, wird das Einhalten der Abstandsregelung erleichtert und im Falle einer Ansteckung mit dem Coronavirus ist nur eine kleinere Personengruppe betroffen und ggf. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.

Für Risikogruppen sollte nach Möglichkeit ein Individualtraining angeboten werden, eine Gruppenbildung wird hier nicht empfohlen.

StadtSportbund Potsdam e.V.

5. Keine Sportveranstaltungen und Wettkämpfe durchführen

Es dürfen derzeit keine „Vor-Ort-Veranstaltungen“ durch Vereine durchgeführt werden. 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.

6. Sporthallen, Schwimmhallen und Vereinsheime bleiben geschlossen

Die Nutzung von Sporthallen, Schwimmhallen und Vereinsheimen (inkl. Umkleiden, Duschen und weiteren Sanitäreinrichtungen) ist untersagt. Dies gilt ebenfalls für Gemeinschaftsräume.

Eine Toilettennutzung muss im Einzelfall und bei Einzelnutzung gewährleistet (dort wo es möglich ist) werden. Flüssigseife und Desinfektionsmittel müssen auf den Toiletten vorhanden sein.

7. Nutzung von Umkleiden und Sanitäreinrichtungen einstellen

Die Nutzung von Umkleiden und Sanitäreinrichtungen ist grundsätzlich nicht gestattet. Die Sportler/-innen und Trainer/-innen sollen daher schon in Sportbekleidung zu den Trainingseinheiten anreisen.

8. Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

Fahrgemeinschaften zum Training sollten ausgesetzt werden, auch Trainingsfahrten oder andere Sportreisen.

9. Desinfektionsmittel verwenden

Jede Person, welche am Trainingsbetrieb teilnimmt, sollte ein eigenes Fläschchen mit Desinfektionsmittel bei sich führen. So können vor und nach dem Training alle Beteiligten ihre Hände desinfizieren.

Das ausgiebige Händewaschen vor und nach dem Training sollte ebenfalls von allen Beteiligten vorgenommen werden.