



Oktober 2020

Hygienekonzept RSLC Holzkirchen e.V.

für die Sporthalle von FOS/Gymnasium, die Einfachturnhalle an der Baumgartenstraße und den Kraftraum im BaTuSa

1. ALLGEMEINES

Das vorliegende Hygienekonzept richtet sich an alle Trainer/Übungsleiter des RSLC Holzkirchen und des Bayerischen Radsport Verbandes, welche die die Sporthalle von FOS/Gymnasium, die Einfachturnhalle an der Baumgartenstraße und den Kraftraum im BaTuSa bestimmungsgemäß benutzen. Das Hygienekonzept ist von allen Nutzern in den Sporthallen wie oben genannt zwingend einzuhalten. Der Übungsleiter/Trainer ist für die Einhaltung des Hygienekonzepts sowie für die Durchführung der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen (innerhalb einer Trainingseinheit) verantwortlich.

2. SCHULUNG UND UNTERWEISUNG

Mit Abschluss der Vereinbarung werden dem Trainer/Übungsleiter Schulungsunterlagen über allgemeine und spezifische Hygienevorschriften ausgehändigt und erläutert. Dieser hat schriftlich zu bestätigen, dass er vom Inhalt Kenntnis erhalten und diesen auch verstanden hat sowie die Sporttreibenden über den Inhalt zu informieren.

Der RSLC Holzkirchen macht die Hygienekonzepte des Landkreises Miesbach, der Gemeinde Holzkirchen und dieses Hygienekonzept durch Rundmail seinen Mitgliedern bekannt und veröffentlicht sie auf seiner Web-Seite www.rslc-holzkirchen.de.

3. HALLENNUTZUNG

a) Zur Vermeidung der Übertragung durch Tröpfcheninfektion muss im Sportbetrieb ein Abstand von mindestens 1,5 Metern, besser 2 Metern eingehalten werden.

- Bei Vorliegen von **Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung oder von Fieber** ist das **Betreten der Sportanlagen untersagt**. Ebenfalls ausgeschlossen von der Teilnahme am Sportbetrieb sind Personen, die in den letzten 14 Tagen Kontakt zu COVID-19-Fällen hatten.
- Zum Nachweis von Infektionsketten sind während der Trainingsstunden in den genannten Hallen nur Mitglieder des RSLC zugelassen. Deren **Kontaktdaten** sind im Mitgliederverzeichnis hinterlegt. Die Trainer/Übungsleiter sind verpflichtet, über die jeweilige Nutzung mit Datum und Uhrzeit eine Teilnehmerliste mit Namen zu führen und auf Verlangen vorzuzeigen. Bei den Trainingseinheiten des Bayerischen Radsport Verbandes ist eine Liste mit Namen, Adresse und Telefonnummer bzw. E-Mail zu führen. Diese Listen sind 4 Wochen datenschutzrechtlich konform aufzubewahren und danach zu vernichten.

b) Treffpunkt für die jeweilige Sporeinheit ist vor dem Sporthallengebäude. Die allgemeinen Abstandsregelungen sind zu beachten. **Der Trainer lässt die Teilnehmer gesammelt ein. Auf Pünktlichkeit ist also zu achten.**

Um den Begegnungsverkehr in und um das Sporthallengelände und damit Kontakte möglichst zu vermeiden, ist eine Überschneidung zwischen den verschiedenen Nutzergruppen nicht gestattet.

c) Beim gesammelten Betreten und Verlassen der Sporthalle herrscht Maskenpflicht. Die Nutzer haben außerhalb des Trainings sowie bei der Entnahme und dem Zurückstellen von Sportgeräten sowie in den Sanitärbereichen eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.

d) Die **Teilnehmer haben bereits in Sportbekleidung zu erscheinen** und sind darauf hinzuweisen, dass die Nutzung der Umkleidekabinen gestattet, jedoch hier vor allem der nötige Abstand einzuhalten und ein



Verweilen zu vermeiden ist. **Waschräume und Duschen bleiben geschlossen.** Die Nutzung der Toiletten mit den sich unmittelbar dort befindenden Waschbecken ist erlaubt.

- e) Vor Betreten der Sporthalle muss die Handhygiene in geeigneter Weise gewährleistet werden (Händewaschen oder Hand-Desinfektion). Zuschauer sind nicht erlaubt.
Die gesamte Halle wird innerhalb einer Belegungszeit nur an eine Trainingsgruppe vergeben. Unnötiges Verweilen in den Hallen ist nicht gestattet.
- f) Während des Trainings soll nach Möglichkeit eine Dauerlüftung erfolgen.
- g) Direkter Kontakt mit dem Hallenboden muss vermieden werden.
Dies kann durch die Benutzung von **großen(!) Handtüchern und Handschuhen** vermieden werden.
Es wird empfohlen, dass jeder Teilnehmer seine eigene Gymnastikmatte mitbringt und diese nach Benutzung selbst reinigt und desinfiziert.
- h) Geräteräume werden nur einzeln und zur Geräteentnahme und -rückgabe betreten. Sollte mehr als eine Person bei Geräten (z.B. großen Matten) notwendig sein, gilt eine Maskenpflicht.
Nach Benutzung von Sportgeräten (Beispiel: Zirkeltraining) werden diese durch den Sportler selbst gereinigt und desinfiziert.
- i) Im Kraftraum werden die Geräte nur mit **Handschuhen**, mindestens fingerlose Radhandschuhen, betätigt.
- j) Ballspiele beschränken sich auf Hin- und Herkicken von Fußbällen ohne Zweikämpfe.
- k) Nach dem Training muss die Halle komplett durchgelüftet werden. Benutzte Sportgeräte sind nach jeder Trainingseinheit zu reinigen oder zu desinfizieren. Reinigungsmittel sind selbst mitzubringen. Der Übungsleiter/Trainer der jeweils letzten Trainingsgruppe des Tages ist dafür verantwortlich, dass bei Verlassen der Halle alle Fenster und Türen richtig verschlossen sind.
Sportgeräte mit Lederbezug, wie Kästen, etc. dürfen wegen der Schäden, welche Desinfektionsmittel anrichten können, nicht benutzt werden.

4. PERSÖNLICHE HYGIENE

Bei Krankheitszeichen jeglicher Art ist das Betreten der Sporthalle untersagt. Der Mindestabstand von 1,50 Meter zu anderen Menschen ist einzuhalten. Berührungen, Umarmungen und Händeschütteln sind verboten. Auf eine gründliche Händehygiene (z. B. nach dem Betreten der Halle, vor und nach dem Toilettengang, vor und nach der Benutzung von Sportgeräten) ist zu achten. Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. Ellenbogen benutzen.

Husten- und Niesetikette einhalten: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegdrehen.

Die Übungsleiterinnen und Übungsleiter wirken darauf hin, dass Risikopersonen mit gesundheitlichen Vorbelastungen nach den Kriterien des Robert-Koch-Instituts nicht am Training teilnehmen, bei dem sie einer besonderen Gefährdung ausgesetzt sind.

Die Pandemie-Hygienekonzepte für die Sporthallen des Landkreises Miesbach und der Gemeinde Holzkirchen sind einzuhalten.