



Berghausen, 08.05.2020

Wiedereinstieg in den Sport-, Wettkampf-, Veranstaltungs-, Aktionsbetrieb „Rückkehr in eine kontrollierte verantwortungsvolle sportliche Normalität“

VfL-Wegweiser für Hygienemaßnahmen und zum Infektionsschutz

Hygiene-und Infektionsschutzmaßnahmen - Checkliste

- Die/der Übungsleiter/in, Trainer/in oder Veranstalter/in ist für die Reinigungs-/ Desinfektionsmaßnahmen und für die Einhaltung dieser Maßnahmen verantwortlich.
Der Geschäftsführende VereinsVorstand hat Ulrich Gärtner zum Hygienebeauftragten bestimmt.
Fragen und Anregungen sind an ihn zu richten.
- Hygienemaßnahmen, Wiedereinstiegskonzept des VfL und die neuen Regelungen sind an alle Mitglieder, Teilnehmende, Übungsleiter/innen, Trainer/innen, Mitarbeiter/innen kommuniziert (per E-Mail, Website oder/und Social-Media-Kanäle, Papierform, Ansprache etc.)
- Die Einhaltung möglicher Hygiene-Richtlinien der Stadt Gummersbach ist gewährleistet.
- Die wichtigsten Verhaltens- und Hygieneregeln (richtig Hände waschen/desinfizieren, Niesen / Husten, Abstand, Körperkontakt, Lüftung der Räume etc.) sind bekannt und vermittelt.
- Hygieneausrüstung liegt in ausreichendem Umfang vor oder wird mitgebracht:
 - Flächendesinfektionsmittel
 - Handdesinfektionsmittel mit Spendern
 - Flüssigseife mit Spendern
 - Papierhandtücher
 - Einmalhandschuhe
 - Mund-/Nasen-Schutz (für Trainer/innen, Übungsleiter/innen) = wird mitgebracht
- Erste-Hilfe-Ausstattung ist vorhanden
- Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung zur Sporteinheit bestätigen:
 - Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
 - Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
 - Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) sind bekannt und werden eingehalten.
- Alle Teilnehmenden reisen individuell und bereits in Sportbekleidung zur Sporteinheit an/ab.
Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.
- Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet.

- Wenn möglich sind in der Sportstätte getrennte Ein- und Ausgänge und markierte Wegeführungen („Einbahnstraßen-System“) vorgegeben, um persönliche Kontakte zu minimieren.
- Handdesinfektionsmittel wird vor dem Betreten und Verlassen der Sportstätte bereitgestellt.
- Umkleiden/Duschen sind abgeschlossen und dürfen nicht benutzt werden.
- Die Räume werden ständig ausreichend gelüftet, insbesondere in den Sanitäreinrichtungen gibt es eine ausreichende Menge an Handdesinfektionsmitteln, Flüssigseife und Papierhandtüchern, der Abfall wird in geschlossenen Behältern kontaktfrei gelagert und entsorgt.
- Jegliche Körperkontakte vor, während und nach der Veranstaltung (z. B. bei Begrüßung) müssen unterbleiben.
- Lautes Sprechen, Rufen, Brüllen, Trillerpfeifen sind zu vermeiden (Sprühdinfektionen).
- WC-Anlagen und Geräte Räume dürfen grundsätzlich nur einzeln betreten werden.
- Die Verantwortlichen weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit individuelle Trainings- und Pausenflächen zu. Diese sind gemäß den geltenden Vorgaben zur Abstandswahrung markiert (z. B. mit Hütchen, Kreisen, Stangen usw.). Ein Verletzungsrisiko ist zu minimieren. Der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sparteinheit muss eingehalten werden.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).
- Sämtliche Körperkontakte müssen vor, während und nach der Sparteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen sowie Partnerübungen.
- Anwesenheitslisten für Trainingseinheiten und Sportkurse sind vorbereitet, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können. Die Nutzung eines Online-Anmeldeverfahrens reicht aus.
- Sparteinheiten sollten in gleichbleibender Besetzung stattfinden (fester Teilnehmerkreis).
- Die Höchst-Personenzahl in den einzelnen Räumen/Flächen bei gleichzeitigem Aufenthalt ist allen bekannt. Die Verantwortlichen verkleinern bei Bedarf die Gruppengrößen gemäß den geltenden Vorgaben
- Zwischen allen Sparteinheiten muss eine Pause von mindestens 20 Minuten vorgesehen werden, um Hygienemaßnahmen durchzuführen, gründlich zu lüften und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen.
- Trainer/innen, Übungsleiter/innen, Veranstalter/innen desinfizieren vor und nach der Nutzung sämtliche bereitgestellten Sportgeräte. Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.
- Eigene Materialien und Geräte (z. B. Yogamatten) von Teilnehmenden sind grundsätzlich nicht erlaubt, es sei denn, dass diese zur Sportausübung unabdingbar sind. Sie sind dann selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
- Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sparteinheit.
- Die Kontakte unter den Trainer/innen, Übungsleiter/innen, Veranstalter/innen werden auf ein Mindestmaß reduziert und ggf. dokumentiert; Abstands- und Hygieneregeln sind einzuhalten.

gez. Geschäftsführender VereinsVorstand

Jörg Jansen (1. Vorsitzender)

VfL-Mitglied der Sport-Koop-HüBeGe



VfL-Ihre Gesundheit ist uns WICHTIG!!!