

# Handlungs- und Hygienekonzept für die Abteilung Fechten des TSV Kenten 1951 e.V. für den Wiedereinstieg ins Training ab 03.08.2020

Dieses Konzept stützt sich auf:

- ==> [Aktuelle Coronaschutzverordnung NRW](#) - gültig ab dem 15.07.2020 (siehe vor allem § 9 Sport)
- ==> [Hygiene- und Infektionsschutzstandards zur CoronaSchVO NRW](#) - Stand: 15.07.2020
- ==> [Orientierungshilfe zum Sportbetrieb auf Grundlage der CoronaSchVO](#) - Stand: 13.07.2020
- ==> [Zeitplan zur Wiederaufnahme des Vereinssports in NRW](#) - Stand: 13.07.2020
- ==> [Empfehlungen bei der Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Wegweiser für Vereine](#) - Stand: 15.06.2020
- ==> [Hygiene- und Infektionsschutzkonzept für Sportvereine](#) - Stand: 28.05.2020
  
- ==> [http://www.fechten.org/fileadmin/user\\_upload/Corona\\_UEbergangsregeln\\_Wiederaufnahme\\_Trainingsbetrieb\\_-\\_Update\\_1.pdf](http://www.fechten.org/fileadmin/user_upload/Corona_UEbergangsregeln_Wiederaufnahme_Trainingsbetrieb_-_Update_1.pdf) - Stand: 23.07.2020 ==> [Die neu\(e\)n Leitplanken des DOSB](#) - Stand: 06.07.2020
- ==> [Die Zusatz-Leitplanken des DOSB \(Wettkampf\)](#) - Stand: 06.07.2020
- ==> [Die wichtigsten Hygienetipps](#) (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)

**Grundlegende Regel ist die Einhaltung des Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen Personen vor, während und nach jeder Trainingseinheit. Dieses Konzept muss gut sichtbar im Trainingsraum angebracht werden. Der verantwortliche Trainer muss seine Teilnehmer darauf hinweisen und auf die Einhaltung achten.**

## **Ausschlusskriterien, Informationspflicht und Verantwortung**

- Personen, die in den letzten 14 Tagen Kontakt zu COVID-19-Fällen hatten oder an „unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere“ leiden sind vom Sportbetrieb ausgeschlossen.
- Personen, die während des Trainings Symptome entwickeln/zeigen, haben dieses umgehend zu verlassen.
- Der Zutritt zur Halle und anderen Sportanlagen ist nur den teilnehmenden SportlerInnen, TrainerInnen und Eltern von minderjährigen Teilnehmern gestattet.
- Alle müssen sich vorab beim verantwortlichen Abteilungsleiter Wolfgang Kraus via WhatsApp vor jeder Trainingseinheit anmelden.
- Vor Ort müssen sich alle Teilnehmer zu Beginn jedes Training in einer Anwesenheitsliste mit Namen, Kontaktdaten, Datum und Zeitraum des Trainings eintragen. Diese Liste führt der verantwortliche Übungsleiter. Bei Teilnehmern unter 16 Jahren ist im Voraus das schriftliche Einverständnis der Eltern einzuholen.

- Alle Informationen werden nicht an Dritte weitergegeben und dienen nur der Nachverfolgung eventueller Infektionsketten. Diese Listen werden 4 Wochen nach Beendigung des Trainings vernichtet.

### **Distanzregelung und Körperkontakt**

- Beim Betreten der Sporthalle ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen und die Hände sind am Eingang zur Sporthalle Kennedystr. zu desinfizieren.
- Der Abstand von mindestens 1,5 Metern ist vor, während und nach jeder Trainingseinheit einzuhalten und sollte auf Grund der sportlichen Bewegung großzügig bemessen werden.
- Die Anreise zum Training darf nicht in Fahrgemeinschaften erfolgen, außer mit Personen aus dem eigenen Hausstand oder einem weiteren festen Hausstand.
- Vor und nach dem Training sollen Warteschlangen und Menschenansammlungen vermieden werden.
- Alle Rituale, wie Begrüßen, etc. haben ohne Berührungen zu erfolgen.
- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen sind zu vermeiden.
- Der Einsatz eines Mund- und Nasenschutzes unter der Fechtmaske ist nicht zu empfehlen, da dies zu Sauerstoffmangel führen und daraus resultierend erhöhte CO<sub>2</sub>-Werte im Blut bewirken kann.

### **Hygienevorschriften, Trainingsraum- und andere Anlagennutzung**

- Grundlegend sind alle mittlerweile bekannten Hygieneregeln zu beachten!
- Regelmäßiges und ausreichend langes Händewaschen, - Niesen, Husten in Armbeuge,
- etc.
- Vor und nach jedem Training sind alle Sportgeräte zu desinfizieren.
- Außerhalb des Trainings, vor allem bei Betreten und Verlassen der Räume sowie bei Nutzung der Sanitäreinrichtungen (WC-Anlagen), ist immer eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen. Diese darf nur zur Ausübung der sportlichen Aktivität abgenommen werden.
- Umkleieräume, Materialräume und Duschen sind von der Stadt Bergheim freigegeben und werden nur unter Einhaltung der Abstandsregeln genutzt. In der Regel kommen die Spieler\*innen, Trainer\*innen weitestgehend umgezogen in die Sportstätte. Das Anlegen der persönlichen Fechtkleidung erfolgt unter Einhaltung der Abstandsregeln.
- Toiletten und Waschbecken sind von der Stadt Bergheim zur Nutzung freigegeben. Es darf sich jeweils nur eine Person in den Sanitärräumen aufhalten. Reinigungs- bzw.

Desinfektionsmittel für Sanitäranlagen werden in ausreichendem Maß von der Stadt Bergheim zur Verfügung gestellt.

- In geschlossenen Räumen und Sportstätten ist für eine ausreichende Belüftung mit Außenluft durch regelmäßiges Lüften zu sorgen. Vor allem zwischen den Trainingseinheiten muss ein ausreichender Frischluftaustausch stattfinden.

### **Trainingsbetrieb**

- Der Trainingsbetrieb ist am besten individual zu organisieren.
- Beim Trainingsbetrieb in Gruppen ist zu beachten:
  - Im Innenbereich dürfen sich auf Grund der Hallengröße max. 10 Sportler (exklusive Übungsleiter, sofern diese nicht aktiv an Trainingsübungen teilnehmen) aufhalten.
  - Das Training soll ebenfalls so gestaltet werden, dass sich im Optimalfall immer die gleichen Gruppen zum Training treffen, damit im Fall einer Ansteckung nicht alle Sportler betroffen sind.
  - Im Innenbereich ist eine Trainingseinheit auf 120 Minuten zu begrenzen. In diesen Zeitraum ist der Auf- und Abbau, das Umziehen, sowie ausreichend Zeit zum Lüften zu integrieren.
  - Jeder Teilnehmer ist verpflichtet seinen eigenen Mund-Nasen-Schutz, ein eigenes Handtuch sowie eine eigene Trinkflasche mitzubringen

### **Erlaubte Trainingsinhalte:**

- Einzellektionen (fechtsspezifisches Techniktraining, keine Wettkampflektionen).
- Fechtsspezifische Beinarbeit.
- Techniktraining mit und ohne Fechtwaffe (bspw. Spiegeltraining).
- Stoßkissenübungen.
- Konditionstraining unter Beachtung der Abstandsregel, bei entsprechender Wetterlage vorzugsweise im Outdoor-Bereich anzuwenden.
- Trainingsmaßnahmen ohne Einhaltung der Abstandsregel sind zu vermeiden
- Wichtiger Hinweis!

Sollte der Kontaktsport in Zweikampfsportarten (Sportartengruppe lt. DOSB-Definition) wieder uneingeschränkt durchführbar sein, so sind die nachfolgenden Trainingsvorgaben hinfällig und das Training kann wieder wie bisher durchgeführt werden. Die allgemeinen Hygienetipps zur Infektionsvermeidung (siehe Empfehlungen auf der letzten Seite) und die

zum aktuellen Zeitpunkt gültigen lokalen Corona-Schutzbestimmungen sind in jedem Fall weiterhin zu beachten.