



## HYGIENE-KONZEPT des Vareler Turnerbundes

### Allgemeine Grundsätze für die Wiederaufnahme des Sportbetriebs (Stand: 17.01.2022), basierend auf

- den Vorgaben des Landkreises Friesland, KSB und der Stadt Varel (=>[Hygiene-Merkblatt](#) vom **14.01.2022**),
- der CORONA-Verordnung des Landes Niedersachsen vom 23.11.2021
- und den Vorgaben der sportartspezifischen Übergangs-Regelungen der Fachverbände.

Für den Sportbetrieb gilt grundsätzlich für alle Übungsleitungen & Teilnehmende die Einhaltung aller Vorgaben (Grundsätze, Maßnahmen, Regeln), die im [Hygiene-Merkblatt](#) (siehe oben) festgelegt sind.

Weiter sind von allen Beteiligten (Trainer/Übungsleitende/Teilnehmende) folgende Inhalte des [Hygienekonzeptes](#) des Vareler Turnerbundes zu berücksichtigen und einzuhalten:

Unabhängig von einer Warnstufe ist immer erforderlich:

- Maskenpflicht (OP oder ggf. FFP2) bei Zutritt, Verlassen, Hygiene, Lüften, Abstand (sofern bei der Sportart möglich).
- Eine lückenlose Dokumentation der Teilnehmenden, auf Papier gem. Vorgabe „Dokumentation von Trainingsteilnehmer\*innen“, elektronisch per LUCA-App, durch den ÜL.
- Beachtung der Vorgabe des Landkreises Friesland bzgl. Nutzungsmöglichkeit der Duschen und Umkleiden.

#### 1. Indoor

##### 1.1. Inzidenz bis 35

- 1.1.1. Die Sportausübung ist ohne Einschränkungen (außer AHA-Regeln) möglich.
- 1.1.2. Es besteht keine Notwendigkeit der Beachtung der 3G-Regel.

##### 1.2. Inzidenz über 35 und keine Warnstufe

- 1.2.1. Die Sportausübung ist **nur mit 3G-Regel** möglich.
- 1.2.2. Die Gruppengrößen werden insofern angepasst, dass wenigstens eine Fläche von 20 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer\*in (max. 15 Personen pro Hallendrittel bei einer Großraumsporthalle) zur Verfügung steht.

##### 1.3. Warnstufe 1

- 1.3.1. Die Sportausübung ist **nur mit 2G-Regel** möglich.
- 1.3.2. Die Gruppengrößen werden insofern angepasst, dass wenigstens eine Fläche von 20 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer\*in (max. 15 Personen pro Hallendrittel bei einer Großraumsporthalle) zur Verfügung steht.

##### 1.4. Warnstufe 2

- 1.4.1. Die Sportausübung ist **nur mit 2Gplus-Regel** möglich, *optional* mit 2G bei Begrenzung von mindestens 10qm pro Person.
- 1.4.2. Zutritt nur noch mit **FFP2-Maske** erlaubt.
- 1.4.3. Die Gruppengrößen werden insofern angepasst, dass wenigstens eine Fläche von 20 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer\*in (max. 15 Personen pro Hallendrittel bei einer Großraumsporthalle) zur Verfügung steht.

### 1.5. Warnstufe 3

- 1.5.1. Die Sportausübung ist **nur mit 2Gplus-Regel** möglich, *optional* mit 2G bei Begrenzung von mindestens 10qm pro Person.
- 1.5.2. Zutritt nur noch mit **FFP2-Maske** erlaubt.
- 1.5.3. Die Gruppengrößen werden insofern angepasst, dass wenigstens eine Fläche von 20 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer\*in (max. 15 Personen pro Hallendrittel bei einer Großraumsporthalle) zur Verfügung steht.

## 2. Outdoor

### 2.1. Inzidenz bis 35

- 2.1.1. Die Sportausübung ist ohne Einschränkungen (außer AHA-Regeln) möglich.
- 2.1.2. Es besteht keine Notwendigkeit der Beachtung der 3G-Regel.

### 2.2. Inzidenz über 35 und keine Warnstufe

- 2.2.1. Die Sportausübung ist **nur mit 3G-Regel** möglich.
- 2.2.2. Die Gruppengrößen werden insofern angepasst, dass wenigstens eine Fläche von 10 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer\*in zur Verfügung steht. Der Mindestabstand sollte ggf. auf 4-5 Meter vergrößert werden.

### 2.3. Warnstufe 1

- 2.3.1. Die Sportausübung ist **nur mit 3G-Regel** möglich.
- 2.3.2. Die Gruppengrößen werden insofern angepasst, dass wenigstens eine Fläche von 10 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer\*in zur Verfügung steht. Der Mindestabstand sollte ggf. auf 4-5 Meter vergrößert werden.

### 2.4. Warnstufe 2

- 2.4.1. Die Sportausübung ist **nur mit 2G-Regel** möglich.
- 2.4.2. Die Gruppengrößen werden insofern angepasst, dass wenigstens eine Fläche von 10 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer\*in zur Verfügung steht. Der Mindestabstand sollte ggf. auf 4-5 Meter vergrößert werden.

### 2.5. Warnstufe 3

- 2.5.1. Die Sportausübung ist **nur mit 2Gplus-Regel** möglich, *optional* mit 2G bei Begrenzung von mindestens 10qm pro Person.
- 2.5.2. Die Gruppengrößen werden insofern angepasst, dass wenigstens eine Fläche von 10 m<sup>2</sup> pro Teilnehmer\*in zur Verfügung steht. Der Mindestabstand sollte ggf. auf 4-5 Meter vergrößert werden.

## 3. Testpflicht (2Gplus- und 3G-Regel)

- 3.1. Sofern die 3G-Regel anzuwenden ist und kein vollständiger Impf- oder Genesenen-Nachweis vorliegt, wird ein negativer Testnachweis benötigt.
- 3.2. Sofern die 2Gplus-Regel gilt, ist ein vollständiger Impf- oder Genesenen-Nachweis erforderlich **und** ein negativer Testnachweis *oder* eine Booster-Impfung.
- 3.3. Folgende Tests auf das Vorliegen von SARS-CoV-2 sind zulässig:
  - 3.3.1. PCR-Test (nicht älter als 48 Stunden)
  - 3.3.2. Schnelltest (nicht älter als 24 Stunden)
  - 3.3.3. Selbsttest unter Aufsicht (nicht älter als 24 Stunden)

#### 4. Grundsätzliches

- 4.1. Beim Zutritt zur Sportstätte wird ein Mindestabstand von 1,5 m auf allen Zuwegen, Parkplätzen, sowie beim Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten (auch zu anderen Gruppen) eingehalten. Auch vor Beginn und nach Ende des Trainings sind **keine Pulkbildungen ohne Mindestabstände von 1,5 Meter** zulässig.
- 4.2. Das Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten erfolgt mit Maske (OP- oder FFP2-Maske). **Ab Warnstufe 2 mit FFP2-Maske zwingend.**
- 4.3. Geräteräume und andere Räume zur Aufbewahrung von Sportmaterial dürfen abhängig von der Inzidenz von Personen nur unter Einhaltung des Abstandes von 1,5 m betreten und genutzt werden.
- 4.4. **Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen** wie Händedesinfektion bei Eintritt der Sportanlage, Desinfektion von genutzten Sportgeräten, und Lüften werden durchgeführt.
- 4.5. Allgemeine Hygieneregeln (Niesetikette, Husten in Armbeuge, kein Spucken etc.) werden eingehalten.
- 4.6. Abhängig von der Vorgabe des Landkreises Friesland bleiben Dusch-, Wasch-, Sanitärräume, ausgenommen Toiletten, geschlossen und werden Umkleieräume nur als Durchgang benutzt.
- 4.7. Auch in Sanitäreinrichtungen muss ein Mindestabstand von 1,5 m eingehalten werden und eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden, sollte der Abstand untereinander nicht eingehalten werden können.
- 4.8. Sportbetrieb mit anderen Sportlern oder Mannschaften aus anderen Landkreisen oder kreisfreien Städten, ist nur dann erlaubt, wenn in den Kommunen (Gast oder Heim) die Warnstufe 1 gilt, dazu sind die Maßnahmen gem. Allgemein Verfügung der Landkreise oder kreisfreien Städte einzuhalten.  
Sportbetrieb ab der Warnstufe 2 ist von der jeweiligen Allgemein Verfügung der Landkreise oder kreisfreien Städte abhängig, ggf. vorhandene Einschränkungen oder Aussetzen des Sportbetriebes sind vor der Begegnung zu erfragen.
- 4.9. Es erfolgt eine lückenlose **Dokumentation** der Teilnehmenden, auf Papier gem. Vorgabe „Dokumentationsblatt von Trainingsteilnehmer\*innen“ oder elektronisch per LUCA-App.
- 4.10. Der Trainer / ÜL überwacht die Einhaltung der gesetzten Hygienevorgaben, regelt den Zutritt zur Sportstätte, sorgt für eine ausreichende Belüftung, beaufsichtigt im Sportbetrieb jegliche Regelungen zur Bekämpfung der CORONA-Pandemie und ist der verantwortliche Ansprechpartner der Trainingsgruppe.

---

#### **Jeder Trainingsteilnehmende (ÜL/Teilnehmer) erfüllt folgende Voraussetzungen und bestätigt dies bei der Anmeldung zur Sporeinheit:**

1. in den letzten 24 Std. zuvor kein Fieber (über 38 °C), kein allgemeines Krankheitsgefühl, keine Kopf- und Gliederschmerzen, keinen Husten, keine Atemnot, kein Geschmacks- und/oder Geruchsverlust, keine Halsschmerzen, keinen Schnupfen, keinen Durchfall oder Schüttelfrost gehabt zu haben. Der Gesundheitszustand bezieht auf akut aufgetretene oder verstärkte Symptome und schließt chronische Beschwerden (auch saisonalen bzw. allergischen Husten) aus.
2. in den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu Personen, bei denen der Verdacht auf Coronavirus (COVID-19) besteht oder bei denen es diagnostiziert wurde, oder die sich derzeit in einer Gesundheitsüberwachung befinden, um eine mögliche Infizierung mit dem Coronavirus (COVID-19) festzustellen, gehabt zu haben. Gilt auch für medizinisches Personal. Kontakt zu einem bestätigten Fall bedeutet, ohne adäquate Schutzmaßnahmen (Maske, Kittel):

- Kontakt von Angesicht zu Angesicht länger als 15 Minuten
- Direkter, physischer Kontakt (Berührung, Händeschütteln, Küssen)
- Länger als 15 Minuten direkt neben einer infizierten Person (weniger als 2 m Abstand)
- Kontakt mit oder Austausch von Körperflüssigkeiten
- Teilen einer Wohnung

**Nur, wenn 1. und 2. bestätigt werden, ist eine Trainingsteilnahme erlaubt.**

Dem Trainer / ÜL / dem/der Sportler\*in ist bewusst, dass falsche oder unvollständige Auskünfte schwerwiegende Auswirkungen auf die Gesundheit anderer Personen haben können.

**Alle TN werden über das o. g. Hygienekonzept informiert sowie über die notwendige Einhaltung der Regeln belehrt und bestätigen per Unterschrift, sämtliche Verhaltens- und Hygieneregeln des Hygienekonzeptes einschließlich der behördlichen Vorgaben beim Training einzuhalten.**

Zuwiderhandlungen (beim Sportler) können zum Ausschluss vom Training bzw. (beim Trainer / ÜL) zur Sperre des Trainingsangebotes führen.

21.12.2021

Der Vorstand


