

2021

Hygienekonzept - Sporthalle



Jochen Klarhöfer

Taekwondo & Allkampf Leppersdorf

1.6.2021



Inhalt

1. Vorbemerkung	2
2. Spezielle Umsetzung in der Sporthalle	3
2.1 Rahmenbedingung.....	3
2.2. Umkleieräume / Sanitärräume	4
3. Kontaktfrei trainieren – So geht es	5
4. Regelungen bei Kontaktsport	7



Taekwondo Leppersdorf

1. Vorbemerkung

Jetzt ist er, der verdiente Lohn für das sportliche Durchhalten, Kämpfen, Warten, Ausharren usw. da.

„Es geht endlich wieder los.“

Euch Sportlern & Eltern sage ich hiermit noch einmal Danke, Ihr habt dem Taekwondo & Allkampf in Leppersdorf die Treue gehalten.

Ein Großteil trainierte unser Taekwondo sogar online wöchentlich mit Fleiß und Hingabe oder war in Gedanken dabei (nicht bei jedem funktionierte das Online). Ein Sport mit sagenhaften Sportlern, ob Weiß-, Gelb- oder Blaugurt. Die Kampfkunst lebte trotz Beschränkung weiter. **Ein wahrer Kämpfer kann egal wann und wo, kämpfen.** Ihr habt verstanden was Unbezwingbarkeit bedeutet. Damit habt ihr nicht nur Euch fit gehalten, sondern vor allem dafür gesorgt, dass Euer Trainer das „Training-Geben“, weiter entwickeln konnte. Eine tolle Leistung im Sinne unserer Gemeinschaft.

Der hier ansässige Sportverein mit seinen Sportlern des Taekwondo-Allkampf-Leppersdorf möchte, so wie andere Vereine in Sachsen auch zu einem Stück „Normalität“ zurückkehren. Die sächsische Staatsregierung beschloss dazu erste Lockerungen, wir sagen **Danke**.

Auf der Grundlage der der Sächsischen Corona-Schutz-Verordnung (SächsCoronaSchVO) in Verbindung mit der Allgemeinverfügung zum Vollzug des Infektionsschutzgesetzes und der Verordnung zur Regelung von Erleichterungen und Ausnahmen von Schutzmaßnahmen zur Verhinderung der Verbreitung von COVID-19 liegt von unserer Gemeinde Wachau für die Turnhalle eine Hygienekonzeption vor.

Jeder Sportverein ist angehalten ein sportartspezifisches Hygienekonzept als Baustein noch aufzusetzen.

Unser Ziel ist es, perspektivisch eine erneute Ausbreitung durch den Covid-19-Virus egal in welcher Form auch immer zu verhindern und unseren aktiven Sport regional hier in Wachau, Lichtenberg, Leppersdorf, Pulsnitz, Radeberg, Dresden Bühlau, Dresden Schönfeld Weißig und wo auch immer wir präsent sind auszuschließen.

Unser Sport beinhaltet eine breite Palette an Workout, Fitness, Gymnastik, Kampfsport, Selbstverteidigung, Wettkampf und wird als Kindersport, Jugendsport und Erwachsenensport angeboten. Genau dieses Spektrum erlaubt uns zu einem großen Anteil **kontaktfrei** zu trainieren. Um die Spezifika des Wettkampfes und der Selbstverteidigung auszuschöpfen ist ein Training mit Kontakt jedoch auch notwendig.



Die nachfolgenden Regelungen treffen die Unterscheidung zwischen **kontaktfrei** und **Kontaktsport**. Im Kindersport, Jugendsport oder bei unseren Erwachsenen gilt der aktuell gesetzliche Stand entsprechend der SächsCoronaSchVO.

2. Spezielle Umsetzung in der Sporthalle

2.1 Rahmenbedingung

Der Hygieneverantwortliche und der Trainer betritt die Halle vor den Sportlern und (gültig in Abhängigkeit der SächsCoronaSchVO):

- können einen tagesaktuellen, negativen Corona-Test nachweisen oder sind geimpft
- desinfizieren ggf. Türklinken (Haupteingang, Halleneingang, Toilette)
- desinfizieren nötige Sportgeräte und Hilfsmittel (Seil, Bänder, Schwimnudeln, usw.)
- kontrollieren das ausreichendes Hygiene-Material in den Umkleieräumen, Sanitärräumen vorhanden ist, ggf. wird fehlendes Material aus dem Hygiene-Notfallpaket aufgefüllt
- bereiten entsprechende Listen zur Kontaktverfolgung vor

Die Sportler treffen sich mit entsprechendem Abstand, tragen bei Notwendigkeit einen Mund-Nasen-Schutz vor der Turnhalle und sind, wenn möglich bereits zum Training schon umgezogen.



Wartebereich vor der Turnhalle

Der Verantwortliche für Hygiene oder der Trainer schließt auf, empfängt die Sportler, es folgt:

- Händedesinfektion
- Datenerfassung zur Kontaktverfolgung
- Blockaufstellung (dazu später)

Ein Hygiene Notfallpaket mit Flüssigseife, Handtrocknung, Flächendesinfektionsmittel, Händedesinfektion und Einmalhandschuhen steht für die Sportler bereit.



Vor, während und nach dem Training werden alle Luken, Fenster und auch die Nottür geöffnet, um eine frische Belüftung zu gewährleisten.

Bei grippeähnlichen Symptomen werden alle Sportler, Trainer und Eltern sensibilisiert, das bis zur Ursachenklärung derjenige fernbleibt (z.B. Halsschmerzen, Husten, Fieber)

Beim Verlassen nach Trainingsende können die Sportler die Hände mit Flüssigseife und Desinfektion behandeln, achten entsprechend auf die Abstandsregel und auf das Tragen des Mund-/Nasenschutzes.

Aushänge im Schaukasten vor der Turnhalle und in der Turnhalle informieren über die wichtigsten Verhaltens- und Hygieneregeln.

Zuschauern wird die Anwesenheit in der Trainingshalle vorerst nicht gestattet.

2.2. Umkleieräume / Sanitärräume

In den zwei Umkleidekabinen gilt:

- der Mindestabstand ist unbedingt einzuhalten
- es dürfen sich jeweils maximal 4 Personen darin aufhalten

Jeweils eine Person darf den Duschaum nutzen.





Die Sanitarräume dürfen von maximal jeweils 2 Sportlern betreten werden.



An den Grundsatz der Abmeldung beim Übungsleiter, um auf die Toilette zu gehen, ändert sich nichts.

Das war auch schon vor Corona so und dient der Unfallverhütung bzw. Kontrolle.



3. Kontaktfrei trainieren – So geht es

Blockaufstellung (Schachbrett), dabei führen alle Sportler zeiteinheitlich die gleichen Übungen durch. Dadurch ist ein Kreuzen der Bewegungsrichtungen



zwischen den Sportlern, ein Face-to-Face Kontakt ausgeschlossen.

Die taekwondospezifischen Bewegungen werden dabei in gleicher Richtung ausgeführt.

Sporthilfsmittel werden vor Beginn durch den Trainer bereitgestellt und bleiben

während der gesamten Übungsstunde im Besitz des einen Sportlers.

Am Ende des Trainings werden diese Materialien durch den Trainer desinfiziert und aufbewahrt. Auf andere Sportgeräte, die nur gemeinschaftlich genutzt werden können, wird beim kontaktfreien Sport grundsätzlich verzichtet.

Bei gesetzlich, vorgeschriebenen, kontaktfreien Sport (SächsCoronaSchVO, Inzidenz 50 bis 100) sollte zur Vermeidung der Übertragung durch



Tröpfcheninfektion für jeden Sportler eine Fläche von etwa 10 m² vorhanden sein. Das entspricht etwa einen Abstand von größer als 3m.



Hier wird in der Aufstellung der Sportler von größeren als 3 Meter in allen vier Richtungen ausgegangen.

Es ergibt sich in der Turnhalle Leppersdorf :

- es sind 4 Längst-Reihen möglich zu je 4 Sportler
- weiter finden insgesamt 8 Querreihen Platz
- die erste Reihe ist für zwei Trainer komplett frei

Damit für Sportler und ÜL die Blockaufstellung noch einfacher und schneller umsetzbar ist, werden auf dem Hallenboden Kreuze mit Klebeband geklebt.

Bei vorgeschriebenem, kontaktlosem Training ist untersagt:

- Wurf-, Festlege-, Hebeltechniken mit dem Partner
- ein Face-to-Face Kontakt
- Meisterschaftsspezifisches Vollkontakttraining



4. Regelungen bei Kontaktsport

Taekwondo und Allkampf ist eine Sportart der physische Kontakt zwischen mehreren Sportlern erfordert und betont. Ob im Sparring-Training durch Tritte und Schläge oder in der Selbstverteidigung durch Anfassen, Hebel und Wurftechniken.



Bei Inzidenzen zwischen 30 und 50 greifen hier folgende Maßnahmen der Risikominimierung:

- mehrere feste Gruppen mit maximal 3 Sportler
- Training immer mit den gleichen Partnern
- tagesaktueller Test
- Datenerfassung zur Kontaktverfolgung

Bei erlaubten Kontaktsport entsprechend der SächsCoronaSchVO kann der Mindestabstand unterschritten, die Face-to-Face-Regel und die 10 Quadratmeter Regelung gelockert Anwendung finden.

Mit freundlichen Grüßen

Jochen Klarhöfer

Taekwondo & Allkampf-Club Dresden e.V.
Abteilung Leppersdorf