**Angebot/Veranstaltungsstätte**

**…..**

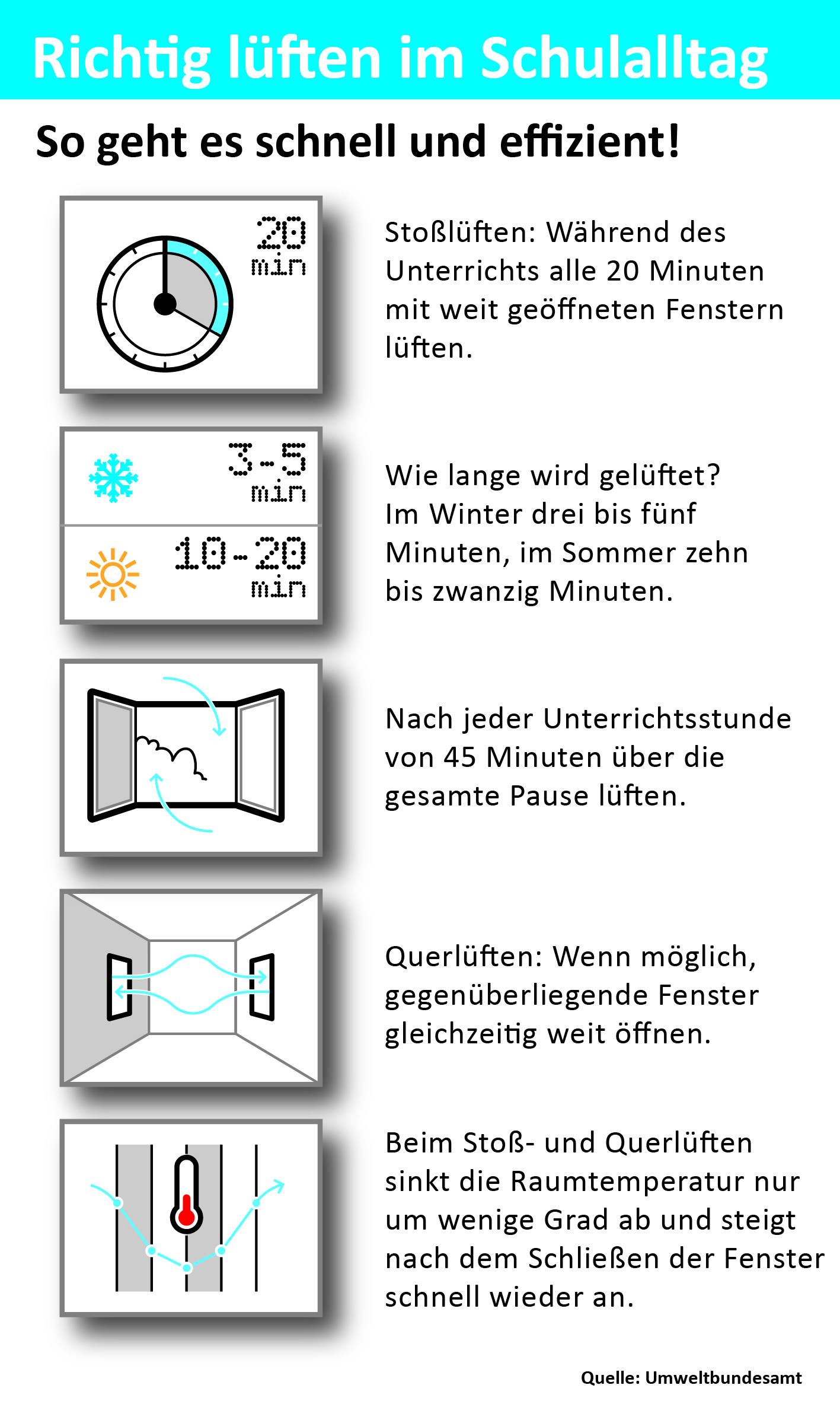
Hygienekonzept zur Wiederaufnahme von Rehabilitationssport und Funktionstraining

Für die Wiederaufnahme des Angebotes ….. gelten zunächst die 10 Leitplanken des Deutschen olympischen Sportbundes DOSB <https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/20200706_Die_neu_e_n_Leitplanken.pdf>

* Distanzregeln einhalten
* Körperkontakte auf das Minimum reduzieren
* Freiluftaktivitäten präferieren
* Hygieneregeln einhalten
* Umkleiden und Duschen zu Hause
* Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen
* Veranstaltungen wie Mitgliederversammlungen und Feste unterlassen
* Trainingsgruppen verkleinern
* Angehörige von Risikogruppen besonders schützen
* Risiken in allen Bereichen minimieren

Allgemeine Voraussetzungen

* Das individuelle Risiko der Teilnehmer\*innen wird von Teilnehmer\*in und Übungsleiter\*in sowie ggf. durch Hinzuziehung des\*der behandelnden Arztes\*Ärztin analysiert.[[1]](#footnote-2)
* Die Teilnehmer\*innen nehmen eine individuelle Nutzen/Risikobewertung vor , zwingender Verzicht bei akuten Symptomen
* Wenn immer möglich werden Outdooraktivitäten präferiert.
* Der Abstand von 2 m zwischen den Teilnehmer\*innen wird während der gesamten Übungsstunde eingehalten.
* Es wird ausreichend Zeit zwischen den einzelnen Gruppen eingeplant, damit werden Begegnungen der Teilnehmer\*innen aus verschiedenen Gruppen vermieden.
* Bei Inddoor- Aktivitäten werden feste Laufrichtungen durch Markierung gekennzeichnet
* Bei Betreten und Verlassen des Übungsgebäudes/geländes und auf dem Parkplatz wird ein mediznischer Mund-Nasenschutz getragen. Das Tragen einer Maske wird auch während des Trainings empfohlen
* Übungsräume und Toiletten werden fachgerecht gereinigt (Wasserhähne, Türklinken), bei den Reinigungsmaßnahmen werden Einmalhandschuhe getragen
* Die Nutzung von Umkleidekabinen und Duschräumen ist nicht gestattet
* Möglichkeiten zur Händedesinfektion sowie Einmalhandtücher werden bereitgestellt.
* Vor Betreten des Übungsraumes müssen Übungsleiter\*innen und Teilnehmer\*innen die Hände desinfizieren
* Verwendete Materialien (z.B. Hocker) werden vor jeder Übungsstunde mittels Wischdesinfektion (NICHT Sprühdesinfektion!) desinfiziert
* Materialien werden entsprechend der Wirksamkeit der Reinigungsmöglichkeiten ausgewählt.
* Teilnehmer\*innen bringen, soweit möglich eigene Materialien und Alltagsgegenstände (z.B. Trinkflaschen, Getränketetrapacks) als Gewichtstücke mit
* Der Übungsraum wird regelmäßig nach dem Konzept für Schulen gut gelüftet , s.Abbildung im Anhang.
* Alternativ: Es ist eine Klima-bzw. Frischluftanlagen vorhanden , die nach dem Zu-Abluft-Prinzip funktioniert. Kommentar: Umluftanlagen sind nicht geeignet, da sie als Virenschleuder funktionieren! (Bitte nicht Zutreffendes und Kommentar löschen.)
* Der Aufenthalt im Übungsraum/ die Übungsstätte ist auf die Übungsstunde beschränkt.
* Bei Vorliegen von Symptomen wie z.B. Fieber, Husten, Schnupfen und/oder grippeähnlichen Symptomen dürfen Übungsleiter\*innen bzw. Teilnehmer\*innen nicht an der Übungsstunde teilnehmen
* Ansprechpartner\*in im Verein/Verband für Rückfragen ist Frau/Herr… Empfehlungen zur Wiederaufnahme des Rehabilitationssports werden vorgehalten
* Für jede Übungseinheit wird eine Anwesenheitsliste der Teilnehmenden mit Vor- und Nachname, Anschrift und Telefonnummer seitens der Übungsleitung gepflegt. Diese Liste wird für jede Übungsstunde drei Wochen lang aufbewahrt und dient der Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
* Übungsleitung und Teilnehmende, die nicht vollständig geimpft (15 Tage nach der Zweitimpfung bzw. der Impfung mit dem Impfstoff von Johnson&Johnson), oder innerhalb der letzten 6 Monate genesen sind, unterziehen sich vor der Übungseinheit einem Schnelltest, der nicht älter als 24 Stunden sein darf.
* Zu Beginn der Übungsstunde erläutert die Übungsleitung Abstands- und Hygieneregeln und befragt und die Teilnehmer\*innen zu ihrem Gesundheitszustand. Personen mit Symptomen dürfen unabhängig vom Impf- oder Teststatus nicht teilnehmen.
* Die Übungsleitung beurteilt, ob alle Teilnehmer\*innen, insbesondere auch Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung oder psychischer Erkrankung, die Regelungen verstanden haben und umsetzen können
* Die Übungsleitung achtet fortwährend auf die Einhaltung der Abstandsregeln
* Partnerübungen sowie taktile Korrekturen werden unterlassen, ebenso Übungen, die zu einer erheblichen Beschleunigung der Atmung führen (Aerosolbildung)
* Die Übungsleitung achtet bei Durchführung und Variierung der Übungen auf die Einsetzbarkeit der Materialien und deren Reinigungsmöglichkeit achten und wählt diese entsprechend aus.
* Der Übungsraum und die verwendeten Materialien werden hinsichtlich der Infektionsgefahr beurteilt und die regelmäßigen Reinigungs- und Desinfektionsmaßnahmen werden beachtet



1. RKI (23.3.2020): Informationen und Hilfestellungen für Personen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf. https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\_Coronavirus/Risikogruppen.html [↑](#footnote-ref-2)