Kriterien zur Durchführung des Rehabilitationssports in Sportstätten bzw. in den Übungsräumen des Vereins

Grundlage ist die 8. Sars-CoV-2 Eindämmungsverordnung des Landes Sachsen-Anhalt vom 15.09.2020.

Hinweis: Rechtliche Grundlage sind stets die Bestimmungen der jeweiligen Kommune.

Zusammenfassung der bisherigen Regelungen und der *neuen Regelungen* (fett und kursiv geschrieben)

Folgende Lockerungen der Maßnahmen zur Durchführung des Rehasports können aus Sicht des BSSA in Abstimmung mit dem Landessportarzt Dr. Lars Homagk umgesetzt werden:

Zu Beginn der Übungsstunde sollte eine Abfrage der Teilnehmenden zum gesundheitlichen Befinden erfolgen.

Unter Einhaltung der geltenden Abstandsregeln sowie der gründlichen Desinfizierung der Geräte und Hände können folgende Übungen wieder in den Rehasport integriert werden:

- Partnerübungen, z. B. Zuwerfen von Bällen, Wurfscheiben etc.
- Übungen auf der Matte – Empfehlung: Benutzung von vollflächigen Handtüchern, diese werden von den Teilnehmenden oder Mitgliedern mitgebracht (Bei Mattenübungen sind Abstandsregeln auch am besten umzusetzen)
- ***Stationstraining – unter besondere Beachtung der Einhaltung der Hygienemaßnahmen, d. h. regelmäßige Desinfizierung der Hände***

Begründung:
Laut wissenschaftlichen Erkenntnissen erfolgt die Ansteckung mit dem Corona-Virus fast ausschließlich über Aerosolbildung. Schmierinfektionen sind höchst selten bis ausgeschlossen. Somit sind die Einhaltung der Abstandsregeln sowie das Lüften der Räume die wichtigsten Kriterien zur Vermeidung von Übertragungen bzw. Infizierungen innerhalb einer Gruppe.

Empfehlung:
Für die Nachvollziehbarkeit der potentiellen Kontakte ist die Trennung der Übungsgruppen voneinander zu empfehlen, d. h. Übungsgruppe 2 betritt erst nach vollständigem Verlassen von Übungsgruppe 1 das Gebäude.

Weiterhin gelten folgende Kriterien bei der Durchführung des Rehabilitationssports in Sporträumen und im Freien:

- Die Durchführung des Rehabilitationssports erfolgt unter Einhaltung der gesetzlich vorgeschriebenen Hygienevorschriften.
- Die Teilnahme am Rehabilitationssport kann nur mit schriftlicher Einwilligungserklärung des Teilnehmenden erfolgen (Formular Einwilligungserklärung).
- Laut der DBS-Richtlinie zur Durchführung des Rehasports sollten mind. 5 qm/Teilnehmer*in im Übungsraum zur Verfügung stehen - die Abstandregeln von 1,50 m müssen eingehalten werden. Wenn möglich, können auf dem Boden Markierungen zur besseren Orientierung der Teilnehmer*innen aufgeklebt oder feste Übungsplätze durch Matten abgegrenzt werden.

- In kleineren Räumen muss die Gruppengröße entsprechend reduziert werden.
- Vor Beginn und nach der Übungsstunde erfolgt eine umfangreiche Belüftung/Stoßlüftung (mind. 10 Minuten) des Übungsraumes.
- Vor Beginn der Übungsstunde erfolgt die gründliche Desinfizierung der Hände, dafür muss der Verein im Übungsraum ausreichend Desinfektionsmittel für alle Teilnehmer*innen zur Verfügung stellen.
- Die Unterschrift der Teilnehmer*innen auf der Teilnahmebestätigung erfolgt mit einem eigenen Schreibstift.

Weitere Hinweise für den Übungsbetrieb:

Umgang mit Mitarbeiter*innen/Übungsleiter*innen

- Alle Mitarbeiter*innen und Übungsleiter*innen sind vom Vorstand/Geschäftsführung des Vereins über den Hygieneplan zu informieren und zur Umsetzung der gesetzlich vorgeschrieben Maßnahmen verpflichtet.

Ein- und Auschecken von Sporttreibenden im Verein

- Vor Betreten der Vereinsräumlichkeiten und beim Verlassen erfolgt die gründliche Desinfektion der Hände, dafür muss der Verein ausreichend Desinfektionsmittel für alle Teilnehmer*innen zur Verfügung stellen.
- Beim Ein- und Auschecken sollte sich keine Schlange bilden, bei Ansammlung von mehreren Menschen ist ein Mindestabstand von 1,50 m einzuhalten, welcher ggf. durch optische Trennelemente gekennzeichnet wird.
- Damit Ansammlungen von Menschen vermieden werden, sollte zwischen der Durchführung der Sportgruppen eine Pause von mind. 10 - 15 Minuten erfolgen (Empfehlung).
- Der Verein führt weiterhin eine detaillierte Anwesenheitsliste.

Nutzung der Umkleideräume und sanitären Einrichtungen

- ***Die Nutzung der Umkleiden und Duschen ist unter Einhaltung der Abstandsregeln von 1,50 m möglich. Ansammlungen von Teilnehmenden sind zu vermeiden.***
- ***Der Verein muss durch Zugangsbeschränkungen sicherstellen, dass Ansammlungen vermieden werden (z. B. Schild an der Tür der Umkleide → z. B. Eintritt von max. 5 Personen, dies ist abhängig von der Raumgröße).***
- ***Empfehlung: Anbringung von Abstandsmarkierungen in den Umkleideräumen***
- ***Empfehlung: wir empfehlen das Tragen eines Mund-Nasen Schutzes in diesem Bereich.***
- ***Das Gleiche gilt für eine nicht zu umgehende Nutzung der sanitären Einrichtungen.***

Nutzung von weiteren Räumen im Verein (z. B. Aufenthaltsraum)

- Auf die Nutzung von Aufenthaltsräumen bzw. Gesellschaftsräumen sollte bis auf Weiteres verzichtet werden, da Ansammlungen von Menschen zu vermeiden sind.

Stand: 21.09.2020