



Aktuelle Empfehlungen für den Sportbetrieb

Unter Berücksichtigung des [Erlasses der Hessischen Landesregierung](#), gültig ab 01. August 2020, und der [Empfehlungen des RKI](#), spricht der Hessische Turnverband e.V. Empfehlungen für den Sportbetrieb aus. Diese Empfehlungen gelten für alle Fachgebiete des hessischen Turnverbandes gleichermaßen (Stand 03.08.2020).

Behördliche und somit verpflichtende Vorgaben sind im Folgenden durch schwarzen Text gekennzeichnet, **Empfehlungen des Hessischen Turnverbands werden rot hervorgehoben.**

1. Distanzregeln einhalten

- Die Kontaktbeschränkungen innerhalb der Trainingsgruppe sind hinfällig.
- **HTV-Empfehlung:** Der HTV empfiehlt, unabhängig von angesetzten Lockerungen, die Trainingsgruppen möglichst klein zu halten, so wenig wie möglich wechselnde Materialien einzusetzen und Übungen ohne Körperkontakt vorzuziehen.
- Es ist grundsätzlich zu empfehlen, im weiteren Vorgehen eine räumliche Gegebenheit von mindestens 8 Quadratmetern pro Person zu nutzen.
- Gruppentraining: Bei Gruppenwechsel ist genügend Zeit einzuplanen, sodass sich die Gruppen nicht treffen.
- **HTV-Empfehlung:** Eine Zeit von 15 Minuten zwischen den Gruppen mit gründlicher Durchlüftung des Raumes (wenn möglich) einplanen.
- Wenn möglich getrennte Ein- und Ausgänge nutzen.
- **HTV-Empfehlung:** Die Ablage des Equipments und persönlicher Gegenstände inkl. Trinkflaschen erfolgt in einer pro Person ausgewiesenen „Zone“. Diese Bereiche können z.B. mit einem Hula-Hoop-Reifen, einem Springseil o.ä. markiert werden.

2. Körperkontakte auf ein Minimum reduzieren

- Aufgrund der aktuellen Vorgaben darf der Trainingsbetrieb mit Körperkontakt stattfinden.
- **HTV-Empfehlung:** Partnerübungen sind erlaubt, sollten jedoch auf ein Minimum reduziert werden.
- **HTV-Empfehlung:** Korrekturen zur Übungsausführung durch Übungsleiter*innen und Trainer*innen dürfen auch taktil erfolgen, sollten jedoch auf ein Minimum reduziert werden.
- **HTV-Empfehlung:** Auch beim Kinderturnen und Gerätturnen sind taktile Hilfestellungen erlaubt

3. Freiluftaktivitäten im öffentlichen Raum präferieren

- Eine geschlossene Trainingsgruppe darf mit mehr als 10 Personen auch im öffentlichen Raum gemeinsam trainieren.



4. Hygieneregeln einhalten

Die bekannten Hygienemaßnahmen werden während des Trainingsbetriebes weiterhin vorausgesetzt.

- Waschgelegenheit und Seife bereitstellen, um Hände- (und ggf. Füße-) waschen vor und nach dem Training zu gewährleisten, sofern das Training an der Sportstätte stattfindet. Ansonsten Desinfektionsspender bzw. Möglichkeit zur regelmäßigen Desinfektion bereitstellen.
- *HTV-Empfehlung:* Die Teilnehmenden bringen, abhängig vom Trainingsinhalt, möglichst ihre eigene Gymnastikmatte (und weitere Trainingsmaterialien) mit.
- *HTV-Empfehlung* zu zusätzlichen Hygienemaßnahmen: Wenn vereinseigene Matten genutzt werden, müssen diese gereinigt werden (Seifenlauge, Desinfektionsmittel oder mehrfachverwendbare, medizinische Desinfektionstücher). Der HTV empfiehlt folgende Varianten für einen reibungslosen Trainingsbetrieb:
 1. Möglichkeit ohne Reinigung: Absprache der unterschiedlichen Trainingsgruppen untereinander bezüglich der genutzten Materialien und Erstellen eines Verwendungsplanes, welcher einer Nichtnutzung einzelner Materialien von einer Woche vorsieht.
 2. Möglichkeit mit Reinigung: Nach jeder Trainingsstunde werden Materialien, welche reinigungsfreundliche Oberflächen aufweisen (z.B. Weichbodenmatten, Turnmatten, Hanteln, Bälle, Sprossenwände und Kästen usw.) mit einem Reinigungsmittel behandelt.
 3. Bei Geräten und Materialien, bei denen weder Punkt eins noch zwei umsetzbar ist, sind die Sportler*innen dazu angehalten nach jeder Benutzung ihre Hände (und ggf. Füße) zu waschen oder zu desinfizieren.

5. Vereinsheime und Umkleiden

- *HTV-Empfehlung:* In Sportbekleidung zum Training zu gehen wird weiterhin empfohlen, um einen möglichst sicheren und reibungslosen Ablauf zu gewährleisten.
- *HTV-Empfehlung:* Beschilderung von Laufwegen auf dem gesamten Trainingsgelände (sanitäre Einrichtungen, Hallen, usw.).

6. Veranstaltungen, Trainingslager und Wettbewerbe

- *HTV-Empfehlung:* Auf große Veranstaltungen, Vereinsfeste u.ä. sollte weiterhin verzichtet werden. Bei allen weiteren Veranstaltungen bedarf es eines Hygienekonzeptes, welches ebenfalls mit den kommunalen Behörden abgestimmt werden muss.
- *HTV-Empfehlungen:* Trainingslager sind grundsätzlich wieder möglich, jedoch ist der Rahmen an die allgemein gültigen Obergrenzung von Personen (max. 10 Personen, 1,5m Abstand) außerhalb der einzelnen Trainingseinheiten (Verpflegung, Unterkunft und Anreise) zu gewährleisten.



7. Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

- Die Gesundheit geht immer vor.
- Risikogruppen können durch Anbieter nicht pauschal identifiziert werden. Es sind somit alle Personen besonders zu schützen.
- **HTV-Empfehlung:** Übungsleiter*innen mit mehreren Trainingsgruppen wird empfohlen, die Abstandsregelungen einzuhalten, den Körperkontakt mit Teilnehmenden zu reduzieren und sämtliche Tätigkeiten offen zu kommunizieren.

8. Risiken in allen Bereichen minimieren

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

- **HTV-Empfehlung:** Es gibt derzeit keine gesetzliche Verpflichtung, für den Trainingsbetrieb „Corona-Listen“ zu führen. Insoweit bleibt es grundsätzlich dem Verein überlassen, ob er derartige Listen erstellt oder darauf verzichtet. Dabei sind folgende Informationen zum Datenschutz zu beachten: <https://datenschutz.hessen.de/datenschutz/vereine/darf-ich-im-rahmen-des-trainingsbetriebs-eine-teilnehmerliste-erstellen>
- Selbstverständlichkeit: Nur, wer in eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen.
- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Zeugnis wieder am Training teilnehmen.
- **HTV-Empfehlung:** Bei gesundheitlichen Notfällen ist immer Erste-Hilfe zu leisten! Nähere Informationen gibt es z.B. auf der Internetseite des Deutschen Roten Kreuzes.