



Konzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs beim ACN Niedernhausen

- **Erwachsenentraining - (Stand: 28.06.2021)**

Allgemeines

Mit dem Inkrafttreten der neuen Coronavirus-Schutzverordnung des Landes Hessen ist seit dem 25. Juni 2021 die Sportausübung in Sportstätten zulässig, sofern für die jeweilige Sportart ein spezifisches Hygienekonzept vorliegt. Die bisher geltenden Personenbegrenzungen sind damit weggefallen. Auch gibt es keine Unterscheidung mehr zwischen geimpften bzw. genesenen und nicht geimpften Personen.

Zu beachten ist, dass bei Veranstaltungen, bei denen mehr als 25 Personen teilnehmen, strengere Auflagen zu erfüllen sind. Neben einem umfassenden Hygienekonzept muss in diesen Fällen sichergestellt werden, dass von allen Teilnehmer/innen die Kontaktdaten erfasst werden. Bei Veranstaltungen mit mehr als 25 Personen in geschlossenen Räumen müssen zudem alle Teilnehmer/innen über einen Negativnachweis (aktueller Corona-Negativtest bzw. Impf- oder Genesungsnachweis) verfügen.

Der Rheingau-Taunus-Kreis hat die Sporthalle der Theißtalschule Niedernhausen (TTS) für den Trainingsbetrieb der Vereine ab dem 31. Mai 2021 wieder freigegeben. Bedingung ist die Einhaltung der gesetzlichen Vorgaben und eines strikten Hygieneplans (siehe Anlage). Nach dem Hygieneplan des Rheingau-Taunus-Kreises müssen die Nutzer zum Nachweis von möglichen Infektionsketten Teilnehmerlisten (Name, Adresse, Telefonnummer) führen. Sollten die Hygieneregeln nicht eingehalten werden, droht dem betreffenden Verein ein Nutzungsverbot.

Das nachfolgende Konzept des Aikido-Clubs Niedernhausen (ACN) basiert auf der Corona-Schutzverordnung des Landes Hessen in der Fassung vom 29. Mai 2021 und dem oben genannten Hygieneplan des Rheingau-Taunus-Kreises (Stand: 31. Mai 2021).

Trainingsformen

Der ACN bietet auf Grundlage der oben genannten Regelungen in der Sporthalle der TTS reguläres Aikido, d.h. Kampfsporttechniken mit Körperkontakt, an. Dabei sollen nach Möglichkeit innerhalb einer Trainingsstunde feste Paare gebildet werden. Die jeweiligen Trainingspaare halten zu den übrigen Paaren einen Abstand von zwei Metern.

Das Training wird mittwochs von 19:00 bis 21:00 Uhr, freitags von jeweils 18:30 bis 20:30 Uhr und sonntags von 11:00 bis 12:40 Uhr innerhalb der regulär zugewiesenen Hallenzeiten angeboten. Zum Training sind maximal 24 (zzgl. Trainer/in) Teilnehmer/innen zugelassen.

Allgemeine Maßnahmen

- Alle Vereinsmitglieder nehmen auf eigenes Risiko am Training teil.
- Zur Teilnahme am Training ist die Vorlage eines Negativnachweises in Bezug auf Covid-19 erforderlich. Dieser Nachweis erfolgt mittels eines Zertifikats über einen Antigen-Test, der durch geschultes Personal durchgeführt wurde (Bürgertest). Die dem Testergebnis zu Grunde liegende Testung darf maximal 48 Stunden zurückliegen. Das Testergebnis kann in Papierform oder in elektronischer Form vorgezeigt werden. Personen, die als geimpft oder genesen gelten, benötigen keinen Negativtest. Als Nachweis für einen vollständigen Impfschutz können der (digitale) Impfausweis sowie die von den Impfzentren bzw. den Arztpraxen ausgestellten Formulare verwendet werden. Genesene weisen ihre Immunisierung durch den positiven PCR-Test, der mindestens 28 Tage jedoch maximal sechs Monate zurückliegen muss, nach.
- Personen, die krank sind oder Symptome einer ansteckenden Krankheit aufweisen, sind vom Training ausgeschlossen. Das Gleiche gilt für Personen, die innerhalb der letzten 14 Tage unmittelbar oder mittelbar Kontakt mit einer Person hatten, die an COVID-19 erkrankt ist.
- Während der gesamten Aufenthaltsdauer in der Sporthalle, auf dem Parkplatz sowie auf dem Weg zur Sporthalle müssen die gesetzlich vorgeschriebenen Abstands- und Hygieneregeln eingehalten werden.
- Kinder und Jugendliche bis einschließlich 15 Jahre nehmen grundsätzlich nicht am Training teil. Ausnahmen sind nach vorheriger Absprache mit den Trainer/innen möglich. Zur Trainingsteilnahme ist eine schriftliche Einverständniserklärung der Eltern erforderlich.
- Die Aikidoka kommen im Gi zur Sporthalle. Das Umkleiden / Duschen erfolgt zu Hause. Alle Umkleide- und Duschräume sind geschlossen zu halten.
- Alle Trainingsteilnehmer/innen melden sich vorab per WhatsApp oder per E-Mail beim Trainer bzw. der Trainerin an. Die Trainingsteilnehmer/innen werden vor dem Training namentlich mit ihren Kontaktdaten (Name, Vorname, Anschrift, Telefonnummer) in einer Liste erfasst. Dabei wird auch die Vorlage des Negativtests bzw. des Impfstatus dokumentiert. Die Liste wird einen Monat aufbewahrt und im Falle eines Infektionsverdachts eines Trainingsteilnehmers bzw. einer Trainingsteilnehmerin den zuständigen Behörden zur Verfügung gestellt.

Reinigungs- und Hygienemaßnahmen

Es gelten folgende Reinigungs- und Hygienemaßnahmen:

Desinfektion von Hand- und Verkehrsflächen

- Vor dem Betreten der Hallenfläche desinfizieren sich alle Teilnehmer/innen unabhängig von der Art des Trainings die Hände. Der ACN stellt hierfür ein geeignetes Desinfektionsmittel (mindestens begrenzt viruzid) bereit.
- Die Türklinken der von den Vereinsmitgliedern genutzten Türen werden vor und nach dem Training mit einem desinfizierenden Mittel gereinigt.
- Die Toiletten sind grundsätzlich nur im Notfall zu benutzen. Für diesen Notfall stehen ausschließlich die an den Flur angrenzenden Sanitärräume zur Verfügung. Der Trainer bzw. die Trainerin schließt die Sanitärräume auf und zu. Die in den Umkleiden befindlichen Toilettenräume bleiben geschlossen. Im Fall der Benutzung der Toiletten sind alle Oberflächen, mit denen der Nutzer bzw. die Nutzerin in Berührung gekommen ist, durch den Nutzer bzw. die Nutzerin zu reinigen.

Hierzu zählen insbesondere

- a) die Toilettenbrille
- b) die Spültaste
- c) den Griff der Toilettenbürste (sofern benutzt)
- d) die Armatur des Waschbeckens
- e) die Türklinken der Eingangstür.

Der ACN stellt hierzu ein desinfizierendes Reinigungsmittel und Einmalhandschuhe zur Verfügung.

Desinfektion von Trainingsgeräten / Übungswaffen (Bokken / Jo)

Vom Verein ausgeliehene Übungswaffen sind vom Nutzer bzw. der Nutzerin vor der Rückgabe an den Trainer bzw. die Trainerin zu desinfizieren. Das Gleiche gilt, wenn Trainingswaffen während des Trainings an andere Teilnehmer übergeben werden sollen.

Reinigung der Matte

Eine über das bisherige Maß hinausgehende Reinigung bzw. eine Desinfektion der Matten ist im Hinblick auf das begrenzte Trainingsangebot und den getroffenen Hygienemaßnahmen (hier insbesondere vorherige Desinfektion der Hände) nicht erforderlich. Sofern die Mattenfläche mit Körperflüssigkeiten (z.B. Blut, Speichel usw.) kontaminiert wird, sind die betreffenden Flächen mit einem desinfizierenden Mittel zu reinigen.

Notfallkit

Das vom Hygieneplan des Rheingau-Taunus-Kreises vorgesehene Hygiene-Notfallkit beinhaltet eine Packung Flüssigseife, Einmaltücher für die Händetrocknung, Händedesinfektionsmittel, Putztücher, Flächendesinfektionsmittel und Einmalhandschuhe. Zusätzlich hierzu werden zwei Atemschutzmasken der Schutzklasse FFP-2 für den Notfall bereitgehalten. Jede Nutzung von Material aus dem Notfallkit ist dem Trainer bzw. der Trainerin anzuzeigen. Der Trainer bzw. die Trainerin veranlasst die weiteren Maßnahmen, damit das Notfallkit stets aufgefüllt bleibt. Das Notfallkit wird im Mattenraum des ACN aufbewahrt.

Lüftung der Halle

Während des Trainings sind alle Seitenfenster und – sofern die Witterungsverhältnisse dies zulassen – die Dachfenster geöffnet zu halten. Die Fenster werden nach dem Training wieder geschlossen.

Verantwortlichkeit

Für die Einhaltung des Hygieneplans sind alle Aikidoka gleichermaßen verantwortlich. Dabei ist zu beachten, dass das Fehlverhalten von Einzelnen zu einem Nutzungsverbot für alle führen kann. Der Trainer bzw. die Trainerin trifft Bedarfsfall die notwendigen Maßnahmen.

Gezeichnet: Der Vorstand des ACN

Anlagen:

Hygieneplan des Rheingau-Taunus-Kreises (Stand: 31. Mai 2021)

Hygieneplan Corona RTK Für die Nutzung der kreiseigenen Turn- und Sporthallen im Rheingau-Taunus-Kreis vom 31.05.2021 durch zugelassene Vereine

Inhalt

- 1. Unterweisung**
 - 2. Organisation der Nutzung**
 - 3. Persönliche Hygiene**
 - 4. Raumhygiene/Infektionsschutz Turnhalle, Geräteräume, Aufenthaltsräume und Flure**
 - 5. Hygiene im Sanitärbereich**
 - 6. Wegeführung**
 - 7. Meldepflicht**
 - 8. Allgemeines**
- Vorbemerkung**

Dieser Hygieneplan gilt für alle vom Rheingau-Taunus-Kreis zugelassenen Nutzer von Turn- und Sporthallen außerhalb des schulischen Unterrichts. Der Hygieneplan ist von allen Nutzern in den Turnhallen des Rheingau-Taunus-Kreises zwingend einzuhalten. Der jeweilige Nutzer (bspw. Sportverein) zeichnet sich für die Einhaltung des Hygieneplans Corona RTK sowie die Durchführung der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen verantwortlich. Sollten die Regelungen nicht eingehalten werden, muss der Sportbetrieb eingestellt werden und der Nutzer erhält ein Nutzungsverbot.

Ebenfalls sind die ausgehängten Hygieneregeln in den Gebäuden zu beachten.

Jeder Nutzer hat ein Hygienekonzept aufzustellen, welches als Ergänzung zu dem Hygieneplan Corona RTK gilt. Der vom Nutzer zu erstellende ergänzende Hygieneplan hat die Vorgaben des jeweiligen Fachverbandes zu beachten.

Auf Regressansprüche gegenüber dem Rheingau-Taunus-Kreis, für den Fall, dass sich eine Infektion in einer Turnhalle nachweisen lässt, ist von den jeweiligen Nutzern zu verzichten.

1. Unterweisung

Im Vorfeld der Nutzung ist es wichtig, dass alle Beteiligten die hohe Bedeutung der Prinzipien des Hygiene-Verhaltens verinnerlicht haben. Hierzu gehören insbesondere, dass Vereine und die verantwortlichen Vertreter der Nutzer die Sinnhaftigkeit der Abstandsregelungen den Nutzern, insbesondere Schülern und Schülerinnen, erläutern sowie die Händehygiene und Husten- und Nies-Etikette vermitteln.

Alle Nutzer der Turnhalle sind darüber hinaus gehalten, sorgfältig die Hygienehinweise der Gesundheitsbehörden bzw. des Robert-Koch-Instituts zu beachten.

Über die Hygienemaßnahmen hat der Verantwortliche des Vereins die Übungsleiter/Übungsleiterinnen, Trainer/Trainerinnen, die Sportler und Sportlerinnen, Vereinsmitglieder sowie die Erziehungsberechtigten auf jeweils geeignete Weise zu unterweisen.

Auf dem gesamten Schulgelände besteht die Verpflichtung zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung.

2. Organisation der Nutzung

Um den Begegnungsverkehr in und um das Turnhallengelände und damit Kontakte möglichst zu vermeiden, ist eine Überschneidung zwischen den verschiedenen Nutzungsgruppen grundsätzlich nicht gestattet. Dies hat zur Folge, dass die übliche Nutzungszeit um insgesamt 20 Minuten verkürzt wird (10 Minuten vor Beginn der Nutzung und 10 Minuten nach der Nutzung). Die letzte Nutzungsgruppe jeden Tages hat darauf zu achten, dass alle Fenster und Türen wieder richtig verschlossen sind.

Zum Nachweis von Infektionsketten ist der Nutzer (bspw. Sportverein) verpflichtet, über die jeweilige Nutzung eine Teilnehmerliste (Name, Adresse, Tel.-Nr.) zu führen. Die datenschutzrechtlichen Bestimmungen sind zu beachten. Die Teilnehmerlisten und ggf. Nachweise über Impfung oder Genesung sind auf Nachfrage dem Reingau-Taunus-Kreis vorzulegen.

- Individualsport (z.B. Joggen, Radfahren, Gymnastik, aber auch Kontaktsportarten wie z.B. Judo, Boxen, etc.) darf in Gruppen von höchstens zehn Personen stattfinden. Die Sportausübung zweier Haushalte bleibt unabhängig von der Personenzahl selbstverständlich möglich. Geimpfte und genesene Personen zählen nicht mit, ebenso Kinder bis einschließlich 14 Jahre. Es muss gewährleistet sein, dass sich die Zehnergruppen während der Sportausübung in verschiedenen, mindestens drei Meter voneinander entfernten Bereichen aufhalten und keine Durchmischung der einzelnen Gruppen erfolgt.
- Mannschaftssport ist ohne Einschränkung erlaubt. Voraussetzung ist ein entsprechendes Hygienekonzept. Damit kann Fußball, Handball, Basketball, American-Football usw. in voller Mannschaftsstärke ausgeübt werden entsprechend der Regeln der jeweiligen Sportart. Bei den Mannschaftssportarten wird ein Negativnachweis (Test) empfohlen.

Der Schulsportunterricht hat grundsätzlich Vorrang.

3. Persönliche Hygiene

Das neuartige Coronavirus ist von Mensch zu Mensch übertragbar. Der Hauptübertragungsweg ist die Tröpfcheninfektion. Dies erfolgt vor allem direkt über die Schleimhäute der Atemwege. Darüber hinaus ist auch indirekt über Hände, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut sowie die Augenbindehaut in Kontakt gebracht werden, eine Übertragung möglich.

Wichtigste Maßnahmen

- Bei Krankheitszeichen (z. B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust des Geschmacks-/Geruchssinns, Halsschmerzen, Gliederschmerzen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall) auf jeden Fall zu Hause bleiben.
- Im Falle einer akuten Erkrankung innerhalb der Turnhallen des Rheingau-Taunus-Kreises soll, soweit vorhanden, ein Mund-Nasen-Schutz angelegt und die betroffene Person unverzüglich nach Hause bzw. zu einem Arzt geschickt werden. Bei Minderjährigen muss die Abholung durch die Erziehungsberechtigten erfolgen.
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere die Schleimhäute berühren, d. h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
- Keine überflüssigen Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln.
- Gründliche Händehygiene (z. B. nach dem Betreten der Räume des Rheingau-Taunus-Kreises, vor und nach dem Essen, vor und nach dem Toilettengang und vor dem Aufsetzen und nach dem Abnehmen einer Schutzmaske), vor und nach Benutzung von Sportgeräten
- Die Händehygiene erfolgt durch
 - a) Händewaschen mit Seife für 20-30 Sekunden (siehe auch <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/>) oder, falls nicht möglich,
 - b) Händedesinfektion: Dazu muss Desinfektionsmittel in ausreichender Menge in die trockene Hand gegeben und bis zur vollständigen Abtrocknung ca. 30 Sekunden in die Hände einmassiert werden. Dabei ist auf die vollständige Benetzung der Hände zu achten (siehe auch www.aktion-sauberehaende.de).
- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. Ellenbogen benutzen.
- Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegdrehen.

- Das RKI empfiehlt ein generelles Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) in bestimmten Situationen des verstärkten Begegnungsverkehrs, insbesondere im öffentlichen Raum. Mit einer solchen Alltagsmaske (textile Bedeckung, Barriere, Behelfsmaske, Schal, Tuch) können Tröpfchen, die man z. B. beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz). Dies darf aber nicht dazu führen, dass der Abstand unnötigerweise verringert wird. Während des Sportbetriebes ist das Tragen von Masken bei gewährleistetem Sicherheitsabstand nicht erforderlich. Trotz Maske sind die gängigen Hygienevorschriften, insbesondere die aktuellen Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, zwingend weiterhin einzuhalten.
- Die Übungsleiterinnen und Übungsleiter wirken darauf hin, dass Risikopersonen mit gesundheitlichen Vorbelastungen nach den Kriterien des RKI nicht am Training teilnehmen, bei denen sie einer besonderen Gefährdung ausgesetzt sind.

4. Raumhygiene/Infektionsschutz für Turnhalle, Geräteräume, Aufenthaltsräume, und Flure

4.1 Abstand

Zur Vermeidung der Übertragung durch Tröpfcheninfektion dürfen sich Besucherinnen und Besucher gleichzeitig nur in verschiedenen, mindestens 3 Meter voneinander entfernten Bereichen aufhalten.

4.2 Geltung besondere weitere Nutzungsbeschränkungen:

- Die zur allgemeinen Nutzung zur Verfügung stehenden Sportgeräte müssen vor und nach der Nutzung durch den jeweiligen Nutzer desinfizierend gereinigt werden.

4.3 Reinigung /Hygiene-Notfallkit

Es findet von Seiten des Rheingau-Taunus-Kreises keine zusätzliche Reinigung nach der schulischen Nutzung für die Turnhallennutzung statt. Die Turnhalle wird einmal am Tag von montags bis freitags inklusive der sanitären Anlagen gereinigt. Am Wochenende findet keine Reinigung statt. Der Nutzer muss selbst bei Bedarf für eine ggf. erforderliche zusätzliche Hygiene sorgen. Wir empfehlen eine desinfizierende Reinigung der Türklinken. Die Verantwortung hierfür liegt beim Nutzer.

Jede Übungsgruppe muss mit einem sogenannten Hygiene-Notfallkit ausgestattet sein. In dem Notfallkit muss sich befinden: Flüssigseife, Handrocknung, Händedesinfektionsmittel, Tücher, Flächendesinfektionsmittel und Einmalhandschuhe.

Vor der Aufnahme der Nutzung hat sich der Nutzer zu vergewissern, dass sich die zu nutzenden Geräte und Einrichtungen in einem sauberen Zustand befinden; bei erkennbarer Verschmutzung hat der Nutzer unter Anlegen von Handschuhen die Säuberung/Desinfektion selbst vorzunehmen.

5. Hygiene im Sanitärbereich

Die sanitären Anlagen (Dusch- und Waschräume sowie Toiletten) werden weiterhin täglich (montags bis freitags in der Regel abends nach der letzten Nutzung) durch den Rheingau-Taunus-Kreis gereinigt und möglichst nach einer starken Verschmutzung desinfizierend gereinigt. Es findet jedoch keine Zwischenreinigung durch den Rheingau-Taunus-Kreis statt. In allen Toilettenräumen stehen für den Schulbetrieb grundsätzlich ausreichend Flüssigseifenspender und Einmalhandtücher bereit, die regelmäßig aufgefüllt werden. Die entsprechenden Auffangbehälter für Einmalhandtücher und Toilettenpapier werden für die Schule vorgehalten.

Da jedoch eine Auffüllung erst am Ende des gesamten Unterrichtstages erfolgt, muss sich jeder Nutzer vor Aufnahme des Sportbetriebes persönlich vergewissern, dass die notwendigen Hygienematerialien für ihren Bedarf vorhanden sind und ggf. selbst aus dem Hygiene-Notfallkit auffüllen.

Um zu verhindern, dass sich nicht zu viele Nutzer zeitgleich in den Sanitärräumen aufhalten, ist dies über eine Eingangskontrolle sicherzustellen. Am Eingang der Toiletten muss durch gut sichtbaren Aushang darauf hingewiesen werden, dass sich in den Toilettenräumen stets nur einzelne Nutzer (Zahl in Abhängigkeit von der Größe des Sanitärbereichs) aufhalten dürfen. Die Nutzer haben darauf zu achten.

6. Wegeführung

Es ist darauf zu achten, dass es zu keinen Warteschlangen auf dem Turnhallengelände kommt. Dabei sind die Abstandsregeln und Hygieneregeln strikt einzuhalten. Das gleiche Verfahren muss auch beim Verlassen des Gebäudes eingehalten werden. Eltern sollen die Turnhalle nicht betreten, sondern ihre Kinder vor dem Gebäude absetzen oder abholen.

7. Meldepflicht

Der Verdacht einer Erkrankung und das Auftreten von COVID-19-Fällen in Räumen des Rheingau-Taunus-Kreises ist dem Rheingau-Taunus-Kreis umgehend zu melden.

8. Allgemeines

Dieser Hygieneplan sowie die spezifische Ergänzung durch den Nutzer sind dem örtlichen Gesundheitsamt auf Wunsch vorzulegen.