



## Richtlinien des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Leitfaden für Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen

Voraussetzung für die Wiedereröffnung des Sportbetriebs in den Sportvereinen sind die Vorgaben der [Coronaschutzverordnung des Landes Berlin](#) (Stand 31. Juli 2020). Die folgenden Checklisten/Empfehlungen werden regelmäßig aktualisiert.

Generell sind alle Sport- und Bewegungsangebote des Vereins bzgl. ihrer Durchführbarkeit im Sinne der Einhaltung der Regeln zum Infektionsschutz zu prüfen. Bei Kontakt- oder Mannschaftssportarten müssen alternative Trainingskonzepte wie z.B. Lauf-, Athletik-, Zirkeltraining usw. angeboten werden.

Sportartspezifische Vorgaben sind in den [>> Übergangsregeln der Spitzensportverbände](#) geregelt und sollten vor der Wiedereröffnung des Trainingsbetriebs in der jeweiligen Sportart herangezogen werden.

Weiterführende Fragen werden durch unseren Vorstand bzw. den Mitarbeitern der Geschäftsstelle beantwortet.

### Allgemeine Rahmenbedingungen zum Sportbetrieb:

- Eine Einweisung in die **Hygienebestimmungen des Vereins** ist erfolgt.
- In einem **Reinigungs- und Desinfektionsplan** ist geregelt, wer für die Hygiene in den genutzten Räumlichkeiten/Flächen zuständig ist.
- Die **Gruppengrößen** sind frei, es muss nur auf die **Abstandsregel von 1,5 Meter** geachtet werden. Als empfohlene Maßgabe gilt eine Fläche von wenigstens 10m<sup>2</sup> pro Teilnehmenden.
- Die Sporeinheiten sollten möglichst in gleichbleibender Besetzung stattfinden (**fester Teilnehmerkreis**).
- Zur Verletzungsprophylaxe sollte die **Intensität der Sporeinheit** an die Gegebenheiten (längere Trainingspause der Teilnehmenden/Athlet\*innen) angepasst werden.
- Mund-Nasen-Schutzmasken und ggf. Einmalhandschuhe** sollten durch die Teilnehmenden mitgebracht werden.
- Anwesenheitslisten** für Trainingseinheiten und Sportkurse sind durch den/die Gruppenleiter\*In zu führen, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können (empfohlen wird die Nutzung eines Online-Anmeldeverfahrens).
- Es sind ausschließlich die **Sanitäranlagen** im Vereinsheim oder Tempelhofer Feld zu nutzen.



### Vor der Trainingseinheit – Checkliste:

- Bei jeglichen **Krankheitssymptomen** ist Trainer\*innen/Übungsleiter\*innen und Teilnehmenden das Betreten der Sportstätte, die Leitung der Sparteinheit sowie die Teilnahme an sonstigen Vereinsangeboten untersagt. Eine Information an den Verein und die Teilnehmenden muss umgehend erfolgen.
- Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung sowie vor Beginn der Sparteinheit bestätigen:
  - Es bestehen **keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome**.
  - Es bestand für mindestens zwei Wochen **kein Kontakt zu einer infizierten Person**.
  - Vor und nach der Sparteinheit muss ein **Mund-Nasen-Schutz** getragen werden.
  - Die **Hygienemaßnahmen** (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten.
- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen und Teilnehmende reisen individuell und bereits in **Sportbekleidung** zur Sparteinheit an.
- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen warten am vereinbarten Treffpunkt auf die Teilnehmenden und gehen gemeinsam zu der vorgesehenen Trainingsfläche.
- Jeder Teilnehmende bringt seine **eigenen Handtücher und Getränke** zur Sparteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt. Gleiches gilt für eigene Matten oder Sportgeräte.
- Jegliche **Körperkontakte**, z. B. bei der Begrüßung müssen unterbleiben.
- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit **individuelle Trainings- und Pausenflächen** zu. Diese sind gemäß den geltenden Vorgaben zur Abstandswahrung markiert (z. B. mit Hütchen, Kreisen, Stangen usw.). Ein Verletzungsrisiko ist zu minimieren.
- Die Teilnehmenden werden vor jeder Sparteinheit auf die **geltenden Verhaltensmaßnahmen/Hygienevorschriften und Toilettennutzung** hingewiesen.
- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen führen **Anwesenheitslisten**, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen reinigen und desinfizieren sämtliche **bereitgestellten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen)**. Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.
- Wenn Teilnehmende **eigene Materialien und Geräte** mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.

### Während der Trainingseinheit – Checkliste:

- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen gewährleisten, dass der **Mindestabstand von 1,5 Metern** während der gesamten Sparteinheit eingehalten wird.
- Bei **Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität** sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).
- Der **Mund-Nasen-Schutz** kann während der Sparteinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller



Teilnehmenden sein.

- Sämtliche **Körperkontakte** müssen während der Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen, Korrekturen und Partnerübungen.
- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen** ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.
- Geräteräume** dürfen nur Trainer einzeln betreten.
- Wenn sich Teilnehmende während der Sporteinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch **Abmelden bei dem\*der Trainer\*in/ Übungsleiter\*in** geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Sanitäreinrichtungen im Vereinsheim.
- Gästen und Zuschauer\*innen** ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet. Kinder unter 12 Jahren dürfen durch eine Person begleitet werden.

### **Nach der Trainingseinheit – Checkliste:**

- Alle Teilnehmenden **verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporteinheit** unter Einhaltung der Abstandsregeln gemeinsam.
- Jede Sporteinheit ist rechtzeitig zu beenden, sodass die Trainingsgruppe vor Ende der Trainingszeit das Gelände verlassen hat um einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu gewährleisten.
- Nach Beendigung des Angebotes muss der **Mund-Nasen-Schutz** wieder angelegt werden.
- Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen reinigen und desinfizieren sämtliche **genutzten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen)**.
- Die **Kontakte unter den Trainer\*innen/ Übungsleiter\*innen** werden auf ein Mindestmaß reduziert und dokumentiert; Abstands- und Hygieneregeln sind einzuhalten.

*Hinweis: Die obenstehenden Hinweise sind ausschließlich als Richtlinien des Vereins zu verstehen. Die rechtliche Grundlage bildet die [Coronaschutzverordnung des Landes Berlin](#).*

Ich habe die Richtlinien des Vereins gelesen und versichere die Einhaltung dieser bei dem, durch mich abgehaltenen, Training.

\_\_\_\_\_  
Datum, Ort

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Trainer\*in/Übungsleiter\*in  
Tel.:  
E-Mail: