

## INFORMATION AN ALLE MITGLIEDER

### Zusammenfassung des Konzepts der DJK Wiking Köln vom 11.05.2020 zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Krise

***Dieses Papier ist vor Teilnahme an einer Gruppe unterschrieben an die Übungsleitung abzugeben.***

Grundlagen: Corona-Schutzverordnung des Landes Nordrhein-Westfalen,  
die 10 Leitplanken des DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund),  
die sportartspezifischen Übergangsregeln der Spitzensportverbände, deren Landesverbände  
sowie die Vorgaben der Stadt Köln zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs

#### 1. Start nur mit Freiluftaktivitäten (gemäß den 10 Leitplanken des DOSB)

2. Die **Übungsleitung** hat die Verantwortung der **Organisation, Information, Kontrolle** und **Dokumentation** (Anwesenheit). Den Anweisungen der Übungsleitung ist daher in jedem Fall Folge zu leisten. Mit diesem Papier wird eine Basis-Information gewährleistet. Neuigkeiten werden regelmäßig über Homepage, Facebook sowie die Vereinsapp veröffentlicht.

#### 3. Hygiene- und Abstandsregeln (gemäß den 10 Leitplanken des DOSB)

- a) Keine Körperkontakte vor, während und nach dem Training
- b) Grundsätzlich immer Abstand von mindestens **2 Metern** einhalten, bei hoher Intensität und Belastung von mindestens 4 Metern. Eine Gruppe besteht grundsätzlich vorläufig aus maximal 5 Teilnehmenden inklusive Übungsleitung gemäß den Leitplanken des DOSB, um im Falle einer Infektion die Nachverfolgung zu vereinfachen.
- c) Mund-Nasen-Schutz wird beim Gang zur Sportanlage empfohlen, ab dem Zusammentreffen, während des Wartens bis zum Einlass und bis unmittelbar vor Sportbeginn besteht eine Maskenpflicht.
- d) Intensives Händewaschen wird vor und nach dem Training empfohlen. Zudem soll das Gesicht nicht mit den Händen berührt werden (stattdessen Schweißbänder nutzen).
- e) Die Abstands- und Hygieneregeln sind von allen Teilnehmenden zwingend einzuhalten und werden von der verantwortlichen Übungsleitung genau kontrolliert.
- f) Das Betreten und das Verlassen der Sportstätte haben kontrolliert zu erfolgen, damit sich Teilnehmer\*innen nicht an Engstellen unvermittelt gegenüberstehen. Zwischen Sportgruppen muss daher immer ein zeitlicher Abstand von mindestens 10 Minuten bestehen, damit Ansammlungen vermieden werden.
- g) Es werden keine Sportgeräte genutzt, um Schmierinfektionen komplett zu vermeiden. Eine Ausnahme gilt für Sportgeräte, die den Teilnehmenden selbst gehören und welche diese selbst mitbringen, wie z.B. eigene Gymnastikmatten. Ausnahmen gelten für Teamsportarten.
- h) Über Änderungen der für den Infektionsschutz äußerst wichtigen Abstands- und Hygieneregeln informiert der Vorstand auch über Homepage, Facebook und die Vereinsapp.
- i) Unter die Abstandsregeln fällt auch der Verzicht auf Fahrgemeinschaften.

#### 4. Gesundheitszustand der Teilnehmenden und der Übungsleitung

- a) Bedingung zur Teilnahme am Training ist die Freiheit von Symptomen von Erkältungskrankheiten (z.B. Husten, Schnupfen, Halsschmerzen, Halskratzen, Fieber, erhöhte Temperatur).

b) Wer in den vergangenen 14 Tagen Kontakt zu einer mit dem Coronavirus infizierten Person hatte, ist von der Trainingsteilnahme ebenfalls ausgeschlossen.

## 5. Erfassung der Teilnehmenden / Teilnehmerlisten

- Welche Personen in welchen Gruppen am Training teilnehmen, muss die Übungsleitung bereits im Vorfeld organisieren. Es sollen immer dieselben Personen eine Gruppe bilden und miteinander trainieren.
- Falls im Nachgang die Infektion eines\*r Teilnehmer\*in festgestellt wird, muss gegebenenfalls die gesamte Gruppe in Quarantäne. Darüber entscheidet das Gesundheitsamt.
- Die Übungsleitung muss daher eine Teilnehmerliste führen, wer am Training teilgenommen hat. Unterschriften der Teilnehmer\*innen sind auf dieser Liste jedoch nicht notwendig.

## 6. Risikogruppe

- Risikogruppen haben erhöhte gesundheitliche Gefahren bei einer Corona-Infektion.
- Neben älteren Menschen können auch junge Menschen mit Vorerkrankung zum Kreis der Risikogruppen gehören. Bitte informieren Sie sich über mögliche Risiken beim Robert-Koch-Institut, [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogruppen.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html)
- Da nicht immer alle Vorerkrankungen der Teilnehmenden bekannt sind, wird nochmals auf das erhöhte Risiko eines schweren Verlaufs der Corona-Erkrankung bei älteren Menschen sowie bei Menschen mit einer organischen Vorerkrankung hingewiesen.
- Teilnehmer\*innen von Rehasport-Gruppen müssen eine gesonderte Einwilligungserklärung abgeben.

## 7. Risiken grundsätzlich minimieren

- Jedes Risiko zu vermeiden bedeutet v.a. dann, wenn man sich bei einer Aktivität oder Maßnahme nicht im Klaren über das Risiko ist, sie besser zu unterlassen!

## 8. Gültigkeit des Konzepts

- Das Konzept bleibt gültig, bis es durch eine neuere Fassung ersetzt oder ergänzt wird. Der Vorstand wird dann über Homepage, Facebook und die Vereinsapp entsprechend darüber informieren.

*Jede und jeder kann schwer an Corona erkranken. Deshalb gilt es möglichst jede Infektion zu vermeiden und jedes Infektionsrisiko zu minimieren. Die DJK Wiking möchte, dass alle ihre Mitglieder, Teilnehmenden und Übungsleitenden gesund durch diese Situation kommen. Jede und jeder ist wichtig und liegt uns am Herzen!*

Hiermit erkläre ich, \_\_\_\_\_ (Vor- und Nachname / Zutreffendes bitte ankreuzen)

dass ich die Regelungen verstanden habe und mich im Training daran halten werde.

dass mein Kind die Regelungen verstanden hat und sich im Training daran halten wird.

Adresse des/der Teilnehmer\*in \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. 2020 \_\_\_\_\_  
Name des Kindes, sofern dieses teilnimmt      Ort      Datum      Unterschrift