



## **Infektionsschutzkonzept / Hygienekonzept / Verhaltensregeln bei Vereinsaktivitäten**

Infolge der derzeit bestehenden Erfordernisse zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 sind alle Vereinsaktivitäten nur unter Beachtung des Infektionsschutzkonzeptes und des Hygienekonzeptes/der Verhaltensregeln des Eissportclub Erfurt e.V. gestattet.

Grundlage für dieses Infektionsschutz-/Hygienekonzept und die Verhaltensregeln sind die Thüringer Verordnung vom 12. Mai 2020, die Allgemeinverfügung der Stadt Erfurt vom 13. Mai 2020 sowie das Infektionsschutzkonzept des Erfurter Sportbetriebes vom 13. Mai 2020.

### **INFEKTIONSSCHUTZKONZEPT**

Bei allen Vereinsaktivitäten sind die **Infektionsschutzregeln** entsprechend den Empfehlungen des Robert Koch-Instituts einzuhalten.

Zusätzlich zu den allgemeinen Infektionsschutzregeln sind folgende Maßnahme bei allen Vereinsaktivitäten umzusetzen:

- Ausschluss von Personen mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung,
- Ausschluss von Personen mit jeglichen Erkältungssymptomen,
- Ausschluss von Personen, die mit Personen, die wesentlich Kontakt zu Personen mit Covid-19-Erkrankungen hatten (dann Vorgabe der Gesundheitsämter maßgebend; i.d.R. 14 Tage Kontaktsperre bei Symptomfreiheit).

Die Regeln des Hygienekonzeptes/Verhaltensregeln sind vollumfänglich umzusetzen und einzuhalten.

#### **a) Verantwortliche Person**

Verantwortliche Person für das Infektionsschutz- und Hygienekonzept des Eissportclub Erfurt e.V. ist der Vorstand, hier vertreten durch den Vorstand Sport/Geschäftsführer Herrn Marian Thoms.

#### **b) Angabe zur genutzten Raumgröße in Gebäuden**

Auf Grundlage der Nutzungsvereinbarungen mit dem Erfurter Sportbetrieb erfolgt eine sportliche Nutzung von Erfurter Sportanlagen in Gebäuden (vorrangig Eissportzentrum Erfurt).

Die Angaben für diese Sportanlagen erfolgen im Infektionsschutzkonzept des Erfurter Sportbetriebes.

Der durch den Eissportclub Erfurt e.V. verwaltete Vereinsraum im Eissportzentrum Erfurt hat eine Größe von 69 m<sup>2</sup>. Er wird für Beratungen/Vereinsversammlungen genutzt.



c) Angaben zur begehbaren Grundstücksfläche unter freiem Himmel

Auf Grundlage der Nutzungsvereinbarungen mit dem Erfurter Sportbetrieb erfolgt eine sportliche Nutzung von Erfurter Sportanlagen unter freiem Himmel.

Laut Infektionsschutzkonzept des Erfurter Sportbetriebes gilt für sämtliche kommunale Sportanlagen, dass ausreichend Flächen unter freiem Himmel zur Verfügung stehen, um den Zugang/Abgang zur Aufnahme/Beendigung des Trainings unter Wahrung des Abstandsgebotes in den öffentlichen Verkehrsraum für jede Trainingsgruppe gewährleisten zu können.

d) Angaben zur raumluftechnischen Ausstattung

Auf Grundlage der Nutzungsvereinbarungen mit dem Erfurter Sportbetrieb erfolgt eine sportliche Nutzung von Erfurter Sportanlagen in Gebäuden (vorrangig Eissportzentrum Erfurt).

Die raumluftechnischen Ausstattungen sind sehr unterschiedlich. Großsportanlagen (Bsp. Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle) verfügen über automatisierte Anlagen. Bei allen weiteren genutzten Sporträume stehen für die Gewährleistung einer ausreichenden Durchlüftung die Möglichkeiten der Nutzung von Fenstern, Türen sowie RWA-Klappen zur Verfügung.

Der Vereinsraum im Eissportzentrum verfügt über eine große Fensterfront, die eine sehr großzügige Belüftung zulässt.

e) Maßnahmen zur regelmäßigen Be- und Entlüftung

Für die regelmäßige Be- und Entlüftung der genutzten Sporträume und des Vereinsraumes sind die Möglichkeiten der Querlüftung über Fenster und Türen zu nutzen.

Vorhandene raumluftechnische Anlagen (z.B. in der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle) sind nach Rücksprache mit dem Personal des Erfurter Sportbetriebes zu verwenden. Eine eigenständige Bedienung dieser Anlagen erfolgt nicht.

Es erfolgt eine Beschränkung der Personenzahl in Sporträumen und im Vereinsraum. Diese ist nach Abstimmung mit dem Erfurter Sportbetrieb in Anlage 2 aufgeführt.

Räume ohne ausreichend Be- und Entlüftung dürfen nicht genutzt werden.

f) Maßnahmen zur Gewährleistung des Mindestabstandes

Ein Abstand von mindestens 2 m zwischen den Personen bei allen Vereinsaktivitäten ist einzuhalten. Beim Trainingsbetrieb ist dieser Abstand auf Grund der höheren Bewegung und der höheren Atemfrequenz und des damit höherem Ausatemvolumens abhängig von der sportlichen Übung zu vergrößern.



Die Teilnehmerzahl am Trainingsbetrieb in den einzelnen Trainingsgruppen ist an die örtlichen Gegebenheiten und Raumgrößen anzupassen (siehe Anlage 2). Eine Nutzung von Sportflächen unter freiem Himmel ist zu bevorzugen.

Fahrgemeinschaften sind auf das minimal notwendigste zu verringern.

Ansammlungen von mehreren Sportgruppen beim Trainingsgruppenwechsel oder beim Betreten und Verlassen von Sportstätten ist zu vermeiden.

Möglichst feste Trainingsgruppen sind zu bilden.

Partnerübungen und Übungen mit Körperkontakt sind im Trainingsbetrieb zu unterlassen.

Umkleidekabinen sind geschlossen und nicht nutzbar.

*g) Maßnahmen zur angemessenen Beschränkung des Besucherverkehrs*

An allen Vereinsaktivitäten haben nur Vereinsmitglieder des Eissportclub Erfurt e.V. teilzunehmen.

Die Teilnahme von Vereinsmitgliedern am Trainingsbetrieb erfolgt nur in der zugeteilten Trainingsgruppe. Der Trainingsbetrieb ist nur in/an den zugewiesenen Trainingsorten durchzuführen.

Begleitpersonen (z.B. Eltern, die ihre Kinder zum Training bringen) haben nach Übergaben des Vereinsmitgliedes den Abgabeort unverzüglich zu verlassen. Ein Aufenthalt dieser Begleitpersonen an der Trainingsstätte ist untersagt.

Vereinsveranstaltungen mit Publikumsverkehr finden bis auf Weiteres nicht statt.

*h) Maßnahmen zur Einhaltung der Infektionsschutzregeln nach §§ 3 und 4*

Die Maßnahmen zur Einhaltung der Infektionsschutzregeln werden im Hygienekonzept / Verhaltensregeln folgend näher beschrieben.

*i) Maßnahmen zur Sicherstellung des spezifischen Schutzes der Arbeitnehmer*

Die Mitarbeiter, haupt- und ehrenamtlichen Übungsleiter/Trainer sowie weitere Funktionsträger des Vereines wurden auf Grundlage der auf Seite 1 angeführten Verordnungen und Vorgaben belehrt und zur Umsetzung des Infektionsschutz-, Hygienekonzeptes sowie der Verhaltensregeln des Eissportclub Erfurt e.V. verpflichtet.



## HYGIENEKONZEPT / VERHALTENSREGELN

Das Hygienekonzept / die Verhaltensregeln des Eissportclub Erfurt e.V. orientieren sich an dem vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) aufgestellten „10 Leitplanken“, am Konzept des Thüringer Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport zur schrittweisen Wiederaufnahme des Sportbetriebes sowie an den LSB-Handlungsempfehlungen für die Wiederaufnahme des Vereinssports in Thüringen.

### Verhaltens- und Hygieneregeln

#### 1. Distanzregeln einhalten

Ein **Abstand von mindestens 2 m** zwischen den Personen bei allen Vereinsaktivitäten ist einzuhalten. Beim Trainingsbetrieb ist dieser Abstand auf Grund der höheren Bewegung und der höheren Atemfrequenz und des damit höherem Ausatemvolumens abhängig von der sportlichen Übung zu vergrößern.

#### 2. Körperkontakte müssen unterbleiben

Der **Trainingsbetrieb muss komplett kontaktfrei durchgeführt werden**. Auf Übungen mit Körperkontakt, sportartbezogene Hilfestellungen sowie sportliche Rituale (Abklatschen, Umarmen, etc.) wird verzichtet.

Sofern im Einzelfall Hilfestellungen durch die verantwortlichen Übungsleiter/Trainer gegeben werden müssen, soll zumindest dieser hierbei mit Mund-Nase-Schutz arbeiten.

#### 3. Hygieneregeln

Die allgemeinen Hygiene-Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts (RKI) bzw. der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sind einzuhalten.

Die Verwendung eines Mund-Nase-Schutzes ist für alle Personen (Übungsleiter, Trainer, Ehrenamtliche, Beschäftigte) in außersportlichen Bereichen zu empfehlen.

Die **Benutzung von Umkleidekabinen sowie der Nassbereiche ist verboten**. Sportler\*innen betreten die Sportanlage bereits in Sportbekleidung. Bekleidungswechsel und Körperpflege einschließlich Duschen ist durch die Sporttreibenden zu Hause vorzunehmen.

Beim Betreten der Sportanlage müssen die vorhandenen Möglichkeiten der **Handdesinfektion** durch alle Benutzer in Anspruch genommen werden. Der Erfurter Sportbetrieb stellt hierfür auf allen seinen Sportanlagen entsprechende Spender zur Verfügung. Im Interesse aller Sportler haben diese jedoch auch nach der Benutzung auf der Sportanlage zu verbleiben.

Beim Betreten der Geschäftsräume des Eissportclub Erfurt e.V. sind ebenfalls die Möglichkeiten der Handdesinfektion in Anspruch zu nehmen.



Die Nutzung von Sanitäranlagen/Toiletten ist auf ein Minimum zu reduzieren. Die **Sanitäranlagen/ Toiletten sind nur einzeln zu betreten**. Vor und nach der Benutzung sind die Hygieneregeln zu beachten.

**Sporträume sind regelmäßig zu lüften**. Ein ausreichender Luftaustausch ist zu gewährleisten.

Soweit möglich, sollte nur mit persönlichen Sportgeräten trainiert werden. Ist eine Nutzung von vorhandenen **Sportgeräten** unumgänglich, so sind diese nach der **Nutzung gründlich zu desinfizieren**. Die Desinfektion erfolgt durch den Nutzer.

Es sind nur **personalisierte Getränkeflaschen und Handtücher zu benutzen**, die die Sporttreibenden selbst zum Training mitbringen und wieder mitnehmen.

**Sitzgelegenheiten** auf und in den Sportanlagen/-räumen (z.B. Sitzbänke) sind **einzeln zu nutzen**. Die Abstandsregel ist dabei einzuhalten. Ein großes eigenes Handtuch als Unterlage ist zu verwenden. Eine gründliche Desinfektion der Sitzfläche hat nach der Nutzung durch den Nutzer zu erfolgen.

#### 4. Verhaltensregeln beim Trainingsbetrieb

Die Teilnahme am Trainingsbetrieb erfolgt nur nach Abgabe des unterschriebenen Formulars „Zustimmung zur Teilnahme an einem eingeschränkten Trainingsbetrieb beim Eissportclub Erfurt e.V.“ in Geschäftsstelle (Anlage 1).

Eine **Anwesenheitsliste** ist **bei jeder Trainingseinheit** bzw. Vereinsaktivität durch den Übungsleiter, Trainer oder Beauftragten zu führen und an die Geschäftsstelle zu übermitteln.

**Fahrgemeinschaften** zum und vom Trainingsbetrieb bzw. zu und von Vereinsaktivitäten sind auf das **minimal notwendigste zu verringern**.

Die Teilnahme am Trainingsbetrieb erfolgt nur in den zugeteilten Trainingsgruppen. Der Trainingsbetrieb ist nur in/an den **zugewiesenen Trainingsorten** durchzuführen.

Begleitpersonen (z.B. Eltern, die ihre Kinder zum Training bringen) haben nach Übergaben des/der Sportler\*in den Abgabeort unverzüglich zu verlassen. **Ein Aufenthalt dieser Begleitpersonen an der Trainingsstätte ist untersagt**.

Soweit dies möglich ist, sollte das **Training oder Teile des Trainings nach draußen verlagert** werden.

Die **Größe der Trainingsgruppen** sind folgende festgelegt:

- |   |   |
|---|---|
| - Trainingsgruppenstärke <b>bis 6 Jahren</b>  | <b>maximal 4 Sportler*innen + 1 Übungsleiter/Trainer</b>  |
| - Trainingsgruppenstärke <b>bis 10 Jahren</b> | <b>maximal 6 Sportler*innen + 1 Übungsleiter/Trainer</b>  |
| - Trainingsgruppenstärke <b>bis 14 Jahren</b> | <b>maximal 8 Sportler*innen + 1 Übungsleiter/Trainer</b>  |
| - Trainingsgruppenstärke <b>bis 18 Jahren</b> | <b>maximal 10 Sportler*innen + 1 Übungsleiter/Trainer</b> |
| - Trainingsgruppenstärke <b>ab 18 Jahren</b>  | <b>maximal 12 Sportler*innen + 1 Übungsleiter/Trainer</b> |



Eine **Anpassung der Größe der Trainingsgruppen bei Nutzung** der unter Anlage 2 aufgeführten **Sporträume/-flächen** ist vorzunehmen.

Die **Zusammensetzung von Trainingsgruppen** soll möglichst **konstant** beibehalten werden.

#### 5. Verhaltensregeln bei der Nutzung von Sportstätten

Sportanlagen sind lediglich zu Zwecken des Trainingsbetriebes, der Aus- und Fortbildung, für Arbeitseinsätze oder Vereinsversammlungen zu nutzen. Wettkämpfe und Sportveranstaltungen sind zunächst nicht gestattet. **Zusammenkünfte aus Gründen der Geselligkeit sind verboten.**

Die Nutzung der kommunalen Sportanlagen der Stadt Erfurt durch die Vereinsmitglieder liegen die Nutzungsverträge des Erfurter Sportbetriebes mit dem Eissportclub Erfurt e.V. zu Grunde.

**Eine Nutzung hat nur nach vorheriger Anmeldung und Bestätigung in und durch die Geschäftsstelle des Eissportclub Erfurt e.V. zu erfolgen.**

Das Infektionsschutzkonzeptes des Erfurter Sportbetriebes ist Bestandteil der Nutzungsbedingungen.

Die vorher aufgeführten Verhaltens- und Hygieneregeln sind bei der Nutzung der Sportstätten unbedingt einzuhalten.

#### 6. Risikogruppen, Risiko minimieren, gegenseitige Rücksichtnahme

Für Vereinsmitglieder, die einer **Risikogruppe** angehören, gilt ein **besonderes Schutzbedürfnis**. Das Risiko für diesen Personenkreis ist bestmöglich zu minimieren.

Die **Minimierung des Risikos für alle Beteiligten** erfordert ein besonderes Miteinander aller Vereinsmitglieder und unseren Partner im Sport. Hierzu zählen insbesondere der Erfurter Sportbetrieb, der die von uns genutzten Sportstätten zur Verfügung stellt, sowie die Sportvereine, die dieselbe Sportanlage nutzen. **Hier appellieren wir an den gesunden Menschenverstand.**

#### 7. Sportartspezifische Regelungen

Zahlreiche Sportfachverbände, der in unserem Verein betriebenen Sportarten, haben sportartspezifische Regelungen getroffen. Diese sind in Anlage 3 mit Verlinkung zur Webseite des DOSB aufgeführt.

#### 8. Verstöße gegen Verhaltens- und Hygieneregeln

**Bei Verstößen gegen die Verhaltens- und Hygieneregeln werden diese Vereinsmitglieder vom Trainingsbetrieb mit sofortiger Wirkung ausgeschlossen.**



## 9. Datenschutz

Im Rahmen dieses Infektionsschutzkonzeptes des Eissportclub Erfurt e.V erheben und verarbeiten wir personenbezogene Daten.

Die Erhebung dieser personenbezogenen Daten erfolgt gem. Art. 6 Abs. 1 (b) bzw. (f) zur Einhaltung bundes- und landesweiten Regelungen zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus. Soweit davon Gesundheitsdaten betroffen sind, erfolgt die Verarbeitung im öffentlichen Interesse im Bereich Gesundheit gem. Art. 9 Abs. 2 (i).

Wir führen Teilnehmerlisten zum Zwecke der Nachverfolgung einer möglichen Infektionskette. Soweit von dort angefordert, werden Daten an das zuständige Gesundheitsamt zu dem beschriebenen Zweck weitergeleitet.

Datenschutzbeauftragter des Eissportclub Erfurt e.V.  
Geschäftsstelle, Arnstädter Str. 53, 99096 Erfurt,  
Telefon: 0361 64494-0, E-Mail: [datenschutz@esc-erfurt.de](mailto:datenschutz@esc-erfurt.de)

Betroffenenrechte: Auskunft (Art. 15), Berichtigung (Art. 16) Löschung (Art. 17), Einschränkung der Verarbeitung (Art. 18), Datenübertragbarkeit (Art. 20), Widerspruch (Art. 21), Beschwerde (Art. 77), Einwilligungen jederzeit zu widerrufen, ohne Berührung der aufgrund der rechtmäßig erteilten Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung.

Erfurt, 14.05.2020

Vorstand des Eissportclub Erfurt e.V.



## ANLAGE 1

### **Zustimmung zur Teilnahme an einem eingeschränkten Trainingsbetrieb beim Eissportclub Erfurt e.V.**

Unter Berücksichtigung der erforderlichen Maßnahmen zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 bietet der Eissportclub Erfurt e.V. einen eingeschränkten Trainingsbetrieb an.

Der eingeschränkte Trainingsbetrieb ist nur unter Einhaltung entsprechender Hygienemaßnahmen und Abstandsregelungen möglich, die Einschränkungen betreffen auch den Vereinstransport (siehe Infektionsschutzkonzept/Hygienekonzept/Verhaltensregeln des Eissportclub Erfurt e.V.).

Der Teilnehmerkreis an einem eingeschränkten Trainingsbetrieb ist hinsichtlich Teilnehmeranzahl und Altersstruktur begrenzt.

Von jeglichem Trainingsbetrieb ausgeschlossen sind:

- Personen mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung oder jeglichen Erkältungssymptomen
- Personen, die wissentlich Kontakt zu Personen mit Covid-19-Erkrankungen hatten (dann Vorgabe der Gesundheitsämter maßgebend; i.d.R. 14 Tage Kontaktsperre bei Symptomfreiheit)

Mit der untenstehenden Unterschrift bestätigen sowohl Erziehungsberechtigte als auch der/die teilnehmende Sportler\*in selbst, seitens des oben genannten Vereins über die getroffenen Regelungen zum eingeschränkten Trainingsbetrieb umfassend informiert worden zu sein.

Insbesondere verpflichten sich die Unterschreibenden, den Verein umgehend über eine mögliche Covid-19 Ansteckung des Trainingsteilnehmers bzw. seines Umfeldes zu informieren. Das trotz aller getroffenen Maßnahmen des Vereins ein Restrisiko einer Ansteckung im eingeschränkten Trainingsbetrieb besteht, ist bewusst.

Hiermit erteilen wir die Erlaubnis, dass \_\_\_\_\_ (Vorname Name) unter den genannten Voraussetzungen am eingeschränkten Trainingsbetrieb des Vereines teilnehmen darf.

Bei Nichteinhaltung der Regelungen im eingeschränkten Trainingsbetrieb, kann der Verein den/die Sportler\*in umgehend vom Trainingsbetrieb ausschließen.

Erfurt, den \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Sportler\*in

\_\_\_\_\_  
Erziehungsberechtigter 1  
(bei Minderjährigen)

\_\_\_\_\_  
Erziehungsberechtigter 2  
(bei Minderjährigen)





## ANLAGE 2 – siehe ISK ESB / Objektspezifische Konzept Eissportzentrum Erfurt

### Spezielle Regelungen im Eissportzentrum Erfurt

Eingang in das und Ausgang aus dem Eissportzentrum Erfurt sind getrennt.

Der Eingang erfolgt über den Personaleingang rechts neben der Kasse.

Der Ausgang erfolgt über die Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle – Ausgang Drehkreuze.

Ein- und Ausgang sind entsprechend gekennzeichnet.

Informationen zu aktuellen Ankündigungen im Eissportzentrum erfolgen über eine Informationstafel im Eingangsbereich.

Handdesinfektion stehen im Eingangs- und Ausgangsbereich sowie im Bereich der Geschäftsstelle des Eissportclub Erfurt e.V. zur Verfügung.

Bei Beratungen im Bereich der Geschäftsräume des Eissportclub Erfurt e.V. steht eine mobile Handdesinfektion zur Verfügung.

Die Sanitäreinrichtungen/Toiletten in der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle sowie in den Geschäftsräumen des Eissportclub Erfurt e.V. sind nur einzeln zu betreten.

Der Zu- und Abgang zur Sportfläche 400m-Bahn erfolgt von außen.

Der Zu- und Abgang zu den Sportflächen Innenfeld und Bitumfeld erfolgt über den Tunnel.

Eine Nutzung der Sitzbank darf nur einzeln erfolgen (je Sitzbank eine Person).

Nach dem Training erfolgt die Flächendesinfektion von genutzten Sportgeräten und Sitzmöglichkeiten durch den Nutzer eigenständig.

Folgend wird die maximale Nutzerzahl je Sportraum festgelegt:

Sportraum		Maximale Anzahl der Nutzer (Sportler*in + ÜL/Trainer)
Athletikraum	104 m <sup>2</sup>	4 + 1
Ballettraum	137 m <sup>2</sup>	6 + 1
Trampolinraum	47 m <sup>2</sup>	2 + 1
kleine Eishalle	1.800 m <sup>2</sup>	20 + 2
400m-Bahn	4.760 m <sup>2</sup>	40 + 4
Innenfeld	1.800 m <sup>2</sup>	20 + 2
Bitumfeld	1.800 m <sup>2</sup>	20 + 2
Rollbahn *	1.000 m <sup>2</sup>	12 + 2
Vereinsraum	69 m <sup>2</sup>	12

Die maximale Nutzeranzahl ist abhängig von der Flächengröße und der darauf ausgeübten sportlichen Bewegung.

(\* Außerhalb des Eissportzentrum Erfurt, Sportstätte des Erfurter Sportbetriebes)



## ANLAGE 3

### Weiterführende Informationen:

Robert-Koch-Institut	<a href="http://www.rki.de/covid-19">www.rki.de/covid-19</a>
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung	<a href="http://www.infektionsschutz.de/coronavirus/">www.infektionsschutz.de/coronavirus/</a>
Landesregierung Thüringen	<a href="https://corona.thueringen.de/">https://corona.thueringen.de/</a>
Thüringer Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie	<a href="http://www.tmasgff.de/covid-19/">www.tmasgff.de/covid-19/</a>
Landessportbund Thüringen e.V.	<a href="http://www.thueringen-sport.de/service/coronavirus/">www.thueringen-sport.de/service/coronavirus/</a>
Stadt Erfurt	<a href="http://www.erfurt.de/">www.erfurt.de/</a>
Erfurter Sportbetrieb	<a href="http://www.erfurter-sportbetrieb.de/">www.erfurter-sportbetrieb.de/</a>
DOSB	<a href="http://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/">www.dosb.de/medien-service/coronavirus/</a>

---

### SPORTARTSPEZIFISCHE ÜBERGANGSREGELN DER SPITZENSORTVERBÄNDE

[www.dosb.de/medien-service/coronavirus/sportartspezifische-uebergangsregeln/](http://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/sportartspezifische-uebergangsregeln/)

#### **Curling / DCV**

[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DCV\\_Deutscher\\_Curling\\_Verband.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DCV_Deutscher_Curling_Verband.pdf)

#### **Eishockey / DEB**

[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/UEbergangsregelung\\_Sportart\\_Eishockey\\_27.04.20.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/UEbergangsregelung_Sportart_Eishockey_27.04.20.pdf)

#### **Eiskunstlauf / DEU**

[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DEU\\_Update\\_08.05.20.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DEU_Update_08.05.20.pdf)

#### **Eisschnelllauf / DESG**

folgt



**Eisstocksport / DESV**

[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DESV\\_Deutscher\\_Eisstock\\_Verband.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DESV_Deutscher_Eisstock_Verband.pdf)

**Rollsport / DRIV**

[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DRIV\\_Konzept\\_Wiedereinstieg\\_in\\_RollInlinesport.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DRIV_Konzept_Wiedereinstieg_in_RollInlinesport.pdf)

[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/Auf\\_die\\_Rollen\\_kommen.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/Auf_die_Rollen_kommen.pdf)

**Special Olympics**

[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/SOD\\_Handlungsempfehlungen-Corona\\_Mai2020.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/SOD_Handlungsempfehlungen-Corona_Mai2020.pdf)

---

**Grafik FairPlay 10 Leitplanken**  
Seite 12

Quelle: Deutscher Olympischer Sportbund e.V. (DOSB)  
<http://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/>

**Grafik Hygienetipps**  
Seite 13

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)  
<http://www.infektionsschutz.de>

VEREINSSPORT NACH LOCKERUNG  
DER KONTAKTBESCHRÄNKUNGEN

# FAIR PLAY



## HEISST JETZT...



MIT **FREILUFT-  
AKTIVITÄTEN**  
STARTEN



**HYGIENEREGELN**  
EINHALTEN



**TRAININGSGRUPPEN**  
VERKLEINERN (MAX 5 PERSONEN)



**RISIKEN** IN ALLEN  
BEREICHEN **MINIMIEREN**



**FAHR-  
GEMEINSCHAFTEN**  
VORÜBERGEHEND AUSSETZEN



**VEREINSHEIME** UND  
**UMKLEIDEN** BLEIBEN  
**GESCHLOSSEN**



**DISTANZREGELN**  
EINHALTEN



ANGEHÖRIGE VON  
**RISIKOGRUPPEN**  
BESONDERS SCHÜTZEN



**KÖRPERKONTAKTE**  
MÜSSEN  
**UNTERBLEIBEN**



**VERANSTALTUNGEN**  
UND WETTBEWERBE  
**UNTERLASSEN**

WIR SIND  
SPORTDEUTSCHLAND







## Infektionen vorbeugen:

# Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

### 1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen,
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor den Mahlzeiten,
- ▶ nach dem Besuch der Toilette,
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren.



### 2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

### 3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



### 4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase.



### 5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



### 6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

### 7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



### 8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

### 9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



### 10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.