



# Hygiene- und Trainingskonzept

gemäß der Verordnung über Maßnahmen zur  
Eindämmung des neuartigen Coronavirus  
SARS-CoV-2 und COVID-19 in Brandenburg



Stand: 28.05.2020

Erstellt/Geändert am: 27.05.2020	Geprüft am: 27.05.2020	Freigegeben am: 28.05.2020
Erstellt/Geändert von: G.Weiß	Geprüft von: M.Wockatz	Freigegeben von: J. Teichmann

## Inhalt

1	Präambel .....	2
2	Geltungsbereich .....	2
3	Trainingsstätte .....	2
4	Trainingsgruppen .....	2
5	Anwesenheitsliste .....	3
6	Risikogruppen .....	3
7	Allgemeine Verhaltensregeln .....	3-4

Aus Gründen der Lesbarkeit der Hausordnung wird nur die männliche Sprachform verwendet, wobei selbstverständlich auch die Frauen mit einbegriffen sind. Es bedeutet keine Diskriminierung und keine Unterschätzung des weiblichen Geschlechts.



## 1 Präambel

Zielsetzung dieses Konzeptes ist es, die Mitglieder der Abt. Judo des KSC Strausberg e.V. und alle weiteren Nutzer der Judohalle des KSC Strausberg e.V. vor einer Infektion durch das COVID-19 Virus zu schützen und den Trainingsbetrieb wieder aufzunehmen.

## 2 Geltungsbereich

Das Konzept gilt für alle Nutzer der Judohalle des KSC Strausberg e. V. Abt. Judo, solange die Verordnung über Maßnahmen zur Eindämmung des neuartigen Coronavirus SARS-CoV-2 und COVID-19 in Brandenburg gilt.

## 3 Trainingsstätte

Die Judohalle steht für den Trainingsbetrieb ab dem 28.05.2020 bis auf Widerruf zur Verfügung.

Es kann ferner genutzt werden, um die persönlichen Sachen abzulegen, Trainingsgeräte zu holen oder abzustellen sowie zur Nutzung der sanitären Anlagen und Umkleiden.

Um direkte Begegnungen zu minimieren, wird ein „Einbahnstraßen-Prinzip“ eingerichtet. Der Eingang erfolgt über die Umkleiden, der Ausgang i.d.R durch den Mittelgang. Bei Nutzung der Obergeschosse erfolgt der Ausgang über die „Nottreppe.“

Vor Betreten der Trainingsräume sind die Hände gem. Hygienempfehlung des RKI zu waschen - bei Eintritt in die Judohalle in den jeweiligen Umkleideräumen (max. Paarweise, mittleres Waschbecken bleibt frei), bei Nutzung der oberen Räume im Sanitärtrakt jeweils einzeln in den Toiletten der jeweiligen Etage.

Des Weiteren hat der jeweilige Übungsleiter für ausreichend Belüftung der genutzten Räume zu sorgen.

## 4 Trainingsgruppen

Zur Einhaltung der allgemeinen Vorgaben finden die Trainingszeiten der unterschiedlichen Gruppen min. im Abstand von 30 Minuten statt (Zeitplan gem. Anlage 1).

Das Gruppentraining in der Judohalle ist auf maximal 25 Personen begrenzt (es erfolgt eine optische Abgrenzung zur leichteren Einhaltung der allgemeinen Abstandsregeln).

Das Gruppentraining im Krafraum ist auf maximal 10 Personen begrenzt (max. 1 Person pro Gerät).

In den Seminarräumen und Büros dürfen sich maximal so viele Personen aufhalten, wie es die allgemeinen Abstandsregeln zulassen (Mindestabstand 1,50m, keine Face-to-Face-Sitzordnung)

Der verantwortliche Übungsleiter hat auf die Einhaltung der festgelegten Regeln zu achten.

Die Besetzung der Trainingsgruppen sollte gleich bleiben.

Sollten mehrere Trainingsgruppen gleichzeitig verteilt in den unterschiedlichen Räumen der Judohalle und im Außengelände Training haben, so sind evtl. Pausen am Trainingsort abzuhalten und auf einzelnen Toilettengang zu achten (max. 1 Person pro Trainingsgruppe zeitgleich).



## 5 Anwesenheitsliste

Zu jedem Training wird eine Anwesenheitsliste vom verantwortlichen Übungsleiter geführt, sodass bei Bedarf schnell Infektionsketten nachvollzogen werden können.

Die Anwesenheitslisten werden im Büro in einem dafür bereitgestellten und gekennzeichneten Ordner durch den verantwortlichen Ausbilder abgelegt.

Die Aufbewahrungsfrist jeder Anwesenheitsliste beträgt 4 Wochen.

## 6 Risikogruppen

Mitglieder, die zu den definierten Risikogruppen gehören, müssen vorerst vom Trainingsbetrieb ausgeschlossen werden.

Die Abteilung Judo des KSC Strausberg e.V. orientiert sich dabei an den Aussagen des Robert-Koch-Instituts und greift Teile dessen auf.

Als Risikogruppen werden definiert – Personen mit bestimmten Vorerkrankungen:

- des Herz-Kreislauf-Systems
- chronische Erkrankungen der Lunge (z. B. COPD)
- Patienten mit chronischen Lebererkrankungen
- Patienten mit Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- Patienten mit einer Krebserkrankung
- Patienten mit geschwächtem Immunsystem (z. B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder durch die regelmäßige Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr beeinflussen und herabsetzen können, wie z.B. Cortison)
- Sowie bei Vorliegen einer ärztlich Bescheinigung über ein erhöhtes Erkrankungsrisiko.

## 7 Allgemeine Verhaltensregeln

Die Mitglieder werden bei Beginn des Trainings entsprechend belehrt, auf die allgemeinen Verhaltensregeln zu achten. Der Befragungsbogen des DJB ist auszufüllen und vor dem ersten Training (und bei Bedarf unaufgefordert zwischendurch) dem Verantwortlichen Übungsleiter auszuhändigen.

- Die Mindestabstandsregelung von 1,5 m wird ausnahmslos umgesetzt.
- Die Personen, die die Judohalle betreten, werden dazu angehalten, sich regelmäßig und gründlich, vor allem nach jedem Toilettengang die Hände zu waschen. Anleitungen hierzu hängen in den Sanitär-Anlagen aus.
- Sollten bei einem Sportler oder innerhalb dessen Haushalt Krankheitssymptome wie Husten, Schnupfen, Heiserkeit, Fieber, Atemnot, Muskelschmerzen, Müdigkeit, Kopfschmerzen oder Durchfall auftreten, nimmt dieser nicht am Training teil.
- Im Falle eines positiven Coronavirus-Tests eines Sportlers oder innerhalb dessen Haushalt ist Mirco Wockatz umgehend darüber zu unterrichten und er nimmt bis auf weiteres nicht am Training teil.
- Begrüßungen durch Handshakes, Umarmungen etc. sind zu vermeiden. Jeglicher

---

<sup>1</sup> Quelle: [www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogruppen.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html)



- Körperkontakt unterbleibt somit im Sinne der Abstandsregel.
- Die „Nies- und Hustetikette“ wird praktiziert.
  - Geräte sind nur personenbezogen zu verwenden und nach Gebrauch zu desinfizieren.
  - Nach Möglichkeit sollte jeder Sportler bereits in Sportsachen zum Training erscheinen.
  
  - In den Umkleiden und dazugehörigen Sanitäranlagen dürfen sich maximal 2 Personen aufhalten.
  - Jeder Sportler, Übungsleiter und Besucher wird vor Start des Trainings ausführlich über unser „Corona-Regeln“ unterrichtet und erklärt sich beim Besuch der Judohalle mit diesen einverstanden.

### Hinweis:

Eltern und weiteren Begleitpersonen ist der Zutritt zur Judohalle während des Trainingsbetriebes zur Verringerung der Personenanzahl in der Halle und Freihalten der Zugangs- und Ausgangswege bis auf weiteres untersagt. Es wird darum gebeten sich beim Warten unter Beachtung der allgemeinen Abstandsregeln im Außenbereich aufzuhalten. Das Beachten der Abstandregeln sollte auch beim Bringen und Abholen der Sportler beachtet werden.

Strausberg, den 28.05.2020