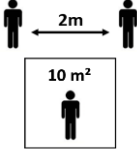




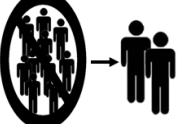







Das allgemeine Hygienekonzept des SV SCHOTT Jena e.V. - Aushang



	<p>Haltet mindestens 2m Abstand zu anderen Personen</p> <p>Zahl der Trainingsteilnehmer: max. so hoch zu wählen, dass jede Person min. 10m² Sportfläche zur Verfügung hat</p>
	<p>Jeglicher Körperkontakt muss vor, während und nach der Trainingseinheit unterbleiben</p>
	<p>Häufiges Händewaschen und regelmäßiges Desinfizieren verringern die Infektionsgefahr</p> <p>Einzelne Sportgeräte sollten nur von einer Person benutzt und nach der Trainingseinheit desinfiziert werden</p>
	<p>Verzichtet während der Corona-Zeit auf Fahrgemeinschaften zum Training</p>
	<p>Wettkämpfe mit bis zu 200 Zuschauern sind nur mit der Genehmigung des Gesundheitsamtes Jena erlaubt – vereinsinterne Treffen unter Einschränkungen möglich (Details s. Hygienekonzept)</p>
	<p>Die ursprünglichen Trainingsgruppen müssen zur Eindämmung des Virus auf ein Minimum verkleinert werden</p>
	<p>Risikogruppen bedürfen in dieser Zeit besonderen Schutzes</p> <p>Die Zugehörigkeit zu einer Risikogruppe ist durch den Trainingsteilnehmer gegenüber dem Übungsleiter anzuzeigen</p>
	<p>Personen mit Symptomen einer Corona-Erkrankung sind vom Sportbetrieb ausgeschlossen</p> <p>Nachweislich Corona-Infizierten ist die Trainingsteilnahme erst nach 14 Tagen mit einem ärztlichen Zeugnis möglich</p>
	<p>Bei jeder Trainingseinheit ist eine Anwesenheitsliste zu führen</p> <p>Diese wird unverzüglich elektronisch an die Geschäftsstelle weitergeleitet, verbleibt aber im Original beim Übungsleiter</p>

Das allgemeine Hygienekonzept des SV SCHOTT Jena e.V.

Version 6.0, 28.08.2020



1) Distanzregeln einhalten

Die Sportler haben dafür Sorge zu tragen, dass beim Sport auf Außenanlagen der **Abstand zwischen den einzelnen Trainingsteilnehmern 2 Meter** beträgt, um die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Die Anzahl der Trainingsteilnehmer darf maximal so hoch sein, **dass jede anwesende Person ein Mindestmaß von 10m²** der genutzten Sportfläche zur Verfügung hat, sofern nicht durch besondere Schutzvorkehrungen (Trennwände, Masken, etc.) zusätzliche Infektionsschutzmaßnahmen bestehen. Die Steuerung des **Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen**. Deshalb sollte beim aufeinanderfolgenden Training zweier **Trainingsgruppen** darauf geachtet werden, dass diese **sich nicht begegnen**. Die Umsetzung folgt über ein **ausreichendes Zeitfenster** zwischen den Trainingszeiten oder durch eine räumlich **getrennte Zu- und Abwegung** der einzelnen Trainingsgruppen. **Begleitpersonen** von Trainingsteilnehmer sind auf dem Sportgelände **weitestgehend zu vermeiden**.

2) Körperkontakte sollen unterbleiben

Sport und Bewegung **sollten weitestgehend kontaktfrei** durchgeführt werden. Auf **Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern** in der Gruppe **wird komplett verzichtet**. Die Austragung von **Zweikämpfen**, z. B. in Spielsportarten, **sollte unterbleiben** und Übungs- und Wettkampfformen so gewählt werden, dass eine Einhaltung des Mindestabstandes gewährleistet wird. Nur bei Sportarten, die **nicht ohne direkten Körperkontakt** betrieben werden können, darf vom **Mindestabstand abgewichen** werden.

3) Mit Freiluftaktivitäten starten

Sport und Bewegung **an der frischen Luft** im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten, im Freien durchgeführt werden. Mittlerweile sind auch die Sporthallen Jenas wieder geöffnet. Infektionsschutzregeln zum Indoorsport finden sich jeweils in den abteilungsspezifischen Teilen dieses Hygienekonzepts.

4) Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion sowie der Einsatz von **Handschuhen** kann das Infektionsrisiko reduzieren. Unmittelbar **vor Beginn** und **nach Ende** einer jeden Trainingseinheit muss sich jeder Trainingsteilnehmer **gründlich die Hände waschen oder desinfizieren**. Für die Beschaffung und Verteilung von Desinfektionsmitteln ist die Geschäftsstelle verantwortlich. Auf das **Berühren des Gesichtes sollte verzichtet** werden, die vorgeschriebene **Husten- und Niesetikette** ist einzuhalten. Die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei **gemeinsam genutzten Sportgeräten müssen besonders konsequent eingehalten** werden, um Schmierinfektionen vorzubeugen. In einigen Sportarten ist der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken, vor allem bei nicht allzu großer körperlicher Belastung, sinnvoll. Generell wird den Übungsleitern empfohlen einen solchen Schutz zu tragen, wenn es die Situation im jeweiligen Trainingsbetrieb zulässt.

5) Informationen zu Vereinsheime und Umkleiden

Bei der **Benutzung der Umkleideräume und Duschen** ist ein **Mindestabstand von 2 Metern** einzuhalten. Für **jede Sportstätte und Trainingsgruppe** sollte abgewogen werden, ob die Nutzung der Umkleideräume und Duschen tatsächlich notwendig ist oder ob die Sportler schon **umgezogen zum Training** erscheinen können.

Toiletten dürfen unter **Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln genutzt werden, sofern sie vom Eigentümer geöffnet sind.**

6) Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

In den momentan eingeschränkten Möglichkeiten im Sportbetrieb sollte auf die Bildung von **Fahrgemeinschaften** zum Training **verzichtet werden**. Zudem ist auf touristische Sportreisen zu verzichten.

7) Umgang mit Veranstaltungen und Wettbewerben

Veranstaltungen **in geschlossenen Räumen mit mehr als 30 Personen und unter freiem Himmel mit mehr als 75 Personen** müssen mindestens **48 Stunden vor Veranstaltungsbeginn beim Fachdienst Gesundheit angezeigt werden**. Die Erstellung eines Infektionsschutzkonzeptes, wie es für öffentliche Veranstaltungen verpflichtend notwendig ist, wird nicht gefordert. Es gilt aber die Einhaltung der allgemeinen Infektionsschutz-Regeln. Bei der Durchführung von nicht-öffentlichen Veranstaltungen ist der Veranstalter für die **Erstellung einer Kontaktliste der teilnehmenden Personen** mit folgenden Punkten verantwortlich: Name und Vorname, Wohnanschrift oder Telefonnummer, Datum des Besuchs und Beginn und Ende der jeweiligen Anwesenheit.

Wettkämpfe und Sportveranstaltungen sind prinzipiell unter Einhaltung der Hygienevorschriften **gestattet**. Sportveranstaltungen **im Freien** sind mit einer Anzahl von **bis zu 200 Zuschauern nur mit der Genehmigung des Gesundheitsamtes Jena** möglich. Voraussetzung für die Durchführung mit Zuschauern ist ein **vom zuständigen Gesundheitsamt genehmigtes Infektionsschutzkonzept**, das vor allem eine **kontrollierbare Ab- und Zuwegung** der Zuschauer sowie geeignete Maßnahmen berücksichtigt, die die **Einhaltung des Mindestabstandes** gewährleisten.

8) Trainingsgruppen verkleinern

Durch die Bildung **kleinerer Trainingsgruppen**, die im Optimalfall dann auch **stets in der gleichen Zusammensetzung** zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Infektion **die Nachvollziehbarkeit** der Kontaktkette **erleichtert**. Die Größe der Trainingsgruppe sollte sich daran orientieren, dass der Übungsleiter im Rahmen seiner Aufsichtspflicht je nach Altersgruppe und Art der sportlichen Übung die Einhaltung der Abstandsregeln kontrollieren kann.

9) Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

Für **Angehörige von Risikogruppen** (Personen ab 60 Jahre, mit chronische Vorerkrankungen, Immunschwäche, die Raucher sind und/oder Adipositas haben) ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis **bestmöglich zu minimieren**. Um dies sicher zu stellen, ist die Zugehörigkeit zu einer Risikogruppe durch den Trainierenden gegenüber dem Übungsleiter anzuzeigen, da dieser Risikogruppen nicht pauschal identifizieren kann. **Individualtraining** kann eine Option sein.

10) Risiken in allen Bereichen minimieren

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den **gesunden Menschenverstand**. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und **alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht** werden.

Es ist selbsterklärend, dass **Teilnehmer mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung** sowie mit **jedigen Erkältungssymptomen** vom Training/Wettkampf **ausgeschlossen sind**. Personen, bei denen **COVID-19 diagnostiziert wurde**, dürfen **frühestens nach 14 Tagen** und **mit ärztlichem Zeugnis** wieder am Training **teilnehmen**.

Außerdem dürfen Übungsleitende, die in unserem Sportverein Kindergruppen betreuen, von Berufswegen oder im Bereich der häuslichen Pflege keine Risikogruppen betreuen (z.B. Pflegekräfte).

11) Dokumentationspflicht im sportlichen Trainings- und Wettkampfbetrieb

Jeder Trainer/Übungsleiter hat die Pflicht Anwesenheitslisten zu führen (Exemplare von der Geschäftsstelle, den Abteilungsleitungen oder unter <https://svschottjena.de/formulare-dokumente/>), die eine Nachverfolgung von Kontaktpersonen im Falle einer Infizierung mit COVID-19 ermöglichen muss. Die Anwesenheitslisten müssen **direkt nach der Trainingseinheit** als Foto oder Scan per Mail an die Geschäftsstelle (post@svschottjena.de) **unter Angabe der Abteilung, des Übungsleiters und der jeweiligen Trainingsgruppe** gesendet werden. **Die Originale verbleiben explizit bei dem jeweiligen Übungsleiter**, damit die Daten im Infektionsfall für die Mitarbeiter des Gesundheitsamtes schnellstmöglich verfügbar sind. Die Trainingsteilnehmer sind zu unterrichten, dass ihre Daten (Name, Telefonnummer, Anschrift) im Falle des Auftretens einer Infektion an das Gesundheitsamt weitergeleitet werden. **Die aufgrund dieses Hygienekonzepts geführten Anwesenheitslisten sind nach einer Dauer von vier Wochen datenschutzgerecht zu vernichten.**

Wird dem Verantwortlichen Übungsleiter bekannt, dass ein Sportler mit dem Virus SARS-CoV-2 infiziert ist, ist dieser Umstand umgehend der Geschäftsstelle und dem Gesundheitsamt Jena zu melden.

Erklärung: | | | → Änderung gegenüber vorheriger Version

Das Hygienekonzept ist durch den Präsidenten Jörg Triller abgenommen.

Hygienebeauftragte des Vereins:

Stefan Diebler

Markus Ringleb

Paul Schletzke

Tel.: 03641 2352966

Email: post@svschottjena.de

Das Hygienekonzept ist dauerhaft den geltenden Vorschriften und Verordnungen des Landes und der Stadt Jena angepasst und ist für Mitglieder und Ordnungsbehörden in der jeweils aktuellen Version zu finden unter svschottjena.de unter dem Navigationspunkt „Mitgliederservice“. Die abteilungsspezifischen Konzepte liegen zudem auch bei jeder Abteilungsleitung zur Einsicht vor. Da wo es möglich ist, werden wir das jeweilige Hygienekonzept auch aushängen (z.B. Bootshaus).

Außerdem verpflichtet sich jeder Hygienebeauftragte und jeder Übungsleiter all seine Trainingsteilnehmer im Voraus umfassend über das allgemeine Hygienekonzept des Gesamtvereins und über die folgenden abteilungsspezifischen Ergänzungen zu informieren und zu belehren, um eine reibungslose Umsetzung gewährleisten zu können.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde im Text zumeist die männliche Form verwendet, nichtsdestotrotz beziehen sich die Angaben auf Angehörige aller Geschlechter.

Im weiteren Verlauf sind die abteilungsspezifischen Ergänzungen zu folgenden Sportarten zu finden:

- Ausdauer
- Fußball
- Gesundheitssport
- Handball
- Kanu
- Kegeln
- Kindersportschule
- Rhythmische Sportgymnastik
- Schach
- Schwimmen
- Tanzen
- Tischtennis
- Turnen/Gymnastik
- Volleyball

Datenschutzhinweise

Im Rahmen des Infektionsschutzkonzeptes 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 mit Name, Vorname und Telefonnummer. Diese werden nach vier Wochen gelöscht. Soweit von dort angefordert, werden Daten an das zuständige Gesundheitsamt zu den beschriebenen Zwecken weitergeleitet.

Datenschutzrechtliche Verantwortlichkeit:

SV SCHOTT Jena e.V.
Humboldtstr. 23
07743 Jena
03641 2352966
post@svschottjena.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)

Die Einwilligungen sind jederzeit zu widerrufen, ohne Berührung der aufgrund der rechtmäßig erteilten Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung.

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Ausdauer

Hygienebeauftragter der Abteilung: Jörg Valentin, 0176 49853178, ausdauer@svschottjena.de

- Weiträumige Verteilung der jeweiligen Nutzergruppen auf die Fläche der Laufbahn (Gerade, Gegengerade, 2 Kurven)
- Sportgeräte und Markierungen (Koordinationsleitern, Hütchen, etc.) dürfen nur vom Hauptübungsleiter angefasst und bewegt werden
- Mund-Nasen-Schutzmasken finden bei der andauernden aeroben Belastung keine Anwendung -> stattdessen ist wie in Punkt 1 beschrieben auf einen größtmöglichen Abstand zwischen den Trainingsteilnehmern zu achten
- Übungsauswahl durch den Hauptübungsleiter entsprechend anzupassen
 - z.B. keine Staffelspiele mit Abklatschen, Übergabe Staffelstab oder ähnliches

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Fußball

Hygienebeauftragter der Abteilung: Wolfgang Grüneberg-Lemke, 0172 7728890,
grueneberg-lemke@ivgdeutschland.de

- Rechtzeitig vor Beginn des Trainings melden sich diejenigen Mitglieder der entsprechenden Mannschaft beim zuständigen Trainer, die nicht am Training teilnehmen können. Damit ist die Organisation der Trainingsgruppen effektiver möglich.
- Die Ankunft am Sportgelände sollte so getaktet werden, dass die Trainierenden frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn vor Ort sind.
- Alle Teilnehmer kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen. Duschen im Nachhinein ist nicht möglich und wird zu Hause erledigt.
- Die Nutzung und das Betreten des Sportgeländes erfolgen ausschließlich, wenn ein eigenes Training geplant ist.
- Zuschauende Begleitpersonen sind beim Training möglichst zu vermeiden. Sofern Unterstützung für die Fußballaktivitäten und/oder Toiletteneinrichtungen erforderlich ist, darf ein Elternteil/Erziehungsberechtigter am Sportgelände anwesend sein. Für diese Person gelten ebenfalls die dort herrschenden organisatorischen und hygienischen Maßgaben.
- Eine Platzhälfte soll während der Trainingszeit von maximal einer Mannschaft genutzt werden.
- Während des Trainings sollten kleinere Gruppen gebildet werden, die im Optimalfall bei jeder Trainingseinheit in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen.
- Untereinander herrschen absolutes Kontaktverbot und der Mindestabstand von 2 Metern muss jederzeit gewahrt sein. Auf Zweikämpfe muss dementsprechend verzichtet werden.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand auf vier bis fünf Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung vergrößert werden.
- Trainingsmaterialien (Stangen, Hütchen, Koordinationsleitern, etc.) dürfen nur vom Hauptübungsleiter oder einer festgelegten anderen Person angefasst und bewegt werden.
- Während des Trainings sollte jeder Teilnehmer mit einem eigenen Ball ausgestattet sein. Ein Anfassen dieser Bälle ist durch die Spieler – außer natürlich des mit Handschuhen ausgestatteten Torhüters - zu vermeiden.
- Das Spucken und Naseputzen auf dem Spielfeld sind zu unterlassen.
- Nach der Trainingseinheit werden alle Trainingsgeräte flächendesinfiziert.
- Das Sportgelände wird von den Trainingsteilnehmer im Anschluss an die Trainingseinheit so schnell wie möglich verlassen, um zu vermeiden, dass man sich mit Personen trifft, die im Anschluss eine Trainingseinheit absolvieren.

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Gesundheitssport

Hygienebeauftragter der Abteilung:

OUTDOOR

- mögliche Nutzung kommunaler Parkanlagen, falls diese nicht von der Stadt gesperrt wurden, für die Durchführung von Fitness- und Gesundheitssport im Freien
- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe
- Kein Helfen und Sichern durch Trainer*innen und Mittrainierende
- Tragen eines Mund-Nasenschutzes wird empfohlen (nicht bei hohen aeroben Belastungen, da bei einer Durchfeuchtung der Mund-Nasenschutz seine Wirkung verliert)
 - Nordic Walking und andere aerobe Belastungen auf der Stelle – ohne Atemmaske mit genügend Abstand
 - Statische Kraftübungen auf der Stelle – mit Atemmaske (je nach körperlichen Voraussetzungen)
- Eigene Matte oder zumindest ein großes Badetuch mitbringen und über die Matte legen
- Auf die Nutzung von Kleingeräten verzichten bzw. nur eigene Kleingeräte nutzen oder nur mit dem eigenen Körpergewicht trainieren. Andernfalls nach Gebrauch desinfizieren
- Feste Zuordnungen der Übungsleitenden zu den Trainingsgruppen sind, wenn möglich, vorzunehmen

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Handball

Hygienebeauftragte der Abteilung: Katrin Schäfer, 0177 4457991, schaefer.jena@gmx.de

Die Trainingsstätte unserer Abteilung Handball ist die Dreifelderhalle des SBSZ in Jena-Göschwitz in der Rudolstädter Str. 95. Eigentümer ist die KIJ. Pro Hallendrittel stehen 400m² Sportfläche zur Verfügung. Dort trainiert unsere Damenmannschaft donnerstags von 19:30 bis 21:00 Uhr.

- Auf Grundlage der Hallenfläche ist die Teilnehmerzahl beim Training auf 20 Teilnehmerinnen begrenzt.
- Die Umkleiden in der Sporthalle werden vorerst geschlossen bleiben. Deshalb kommen die Sportlerinnen bereits umgezogen zum Training.
- Die Sporthalle wird im Anschluss an die Trainingseinheit zügig verlassen. Ein Zusammentreffen mit anderen Trainingsgruppen ist zu vermeiden.
- Während des Trainings wird gänzlich auf Körperkontakt verzichtet. Übungs- und Spielformen werden demnach ohne Gegnerdruck ausgeführt.
- Um die Berührungspunkte zwischen den Trainingsteilnehmerinnen auf ein Minimum zu reduzieren, wird der Auf- und Abbau von benötigten Materialien von festgelegten Personen durchgeführt.
- Nach Möglichkeit bekommt jede Sportlerin während des Trainings ihren eigenen Ball. Im Anschluss an die Trainingseinheit werden alle Bälle und sonstigen Trainingsmaterialien mit Flächendesinfektion gesäubert.
- Werden alle Regelungen (vor allem die Abstandsregelung) eingehalten, dann scheint das Risiko einer Infektion durch Ballberührung, laut Einschätzung der Experten, gering. Pass- und auch Wurfübungen können demnach durchgeführt werden (Info DOSB).
- Wurfübungen mit Torhüterin können durchgeführt werden.

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Kanu

Hygienebeauftragter der Abteilung:

Grundlegende Besonderheit in der Abteilung Kanu ist, dass das Bootshaus als Sportstätte von den Abteilungsmitgliedern selbst verwaltet wird. Das Bootshaus befindet sich am Ufer der Saale im Burgauer Weg 8, 07745 Jena. Auf einer Grundstücksfläche von über 2500m² ist genügend Platz sich aus dem Weg zu gehen – auch wenn sich zwei Trainingsgruppen aus der Abteilung Kanu und der Abteilung Volleyball gleichzeitig auf dem Gelände befinden sollten. Das Bootshaus selbst wird nur sehr eingeschränkt benutzt. Bis auf die geräumige Bootshalle, in dem sich Trainingsmaterial befindet, wird nur die Toilette für absolute Notfälle geöffnet sein.

- Auf dem Bootshausgelände werden Informationen über das Hygienekonzept ausgehangen.
- Auf die Wahrung der Distanzregeln ist vor allem bei der Materialpflege und beim Zuwasserlassen der Boote zu beachten.
- Fahrten in Mannschaftsbooten sind zu unterlassen.
- Fahrten in Zweierbooten sind gestattet, wenn beide Kanuten aus einem Haushalt stammen.
- Die gleichzeitige Nutzung verschiedener Trainingsorte/Paddelreviere wird empfohlen.
- Die Trainingsmittel werden nur vom Übungsleiter aus der Bootshalle geholt.
- Die Griffflächen der Paddel und des Bootes sind nach Nutzung intensiv mit dem vorhandenen Flächendesinfektionsmittel zu reinigen.
- Umkleidemöglichkeiten für die einzelnen Trainingsteilnehmer werden draußen eingerichtet (Pavillon/Zelt).
- Die Trainingsgruppengröße ist auf fünf Trainingsteilnehmer plus Trainer begrenzt.
- Den Begleitpersonen von Trainingsteilnehmern ist das Zusehen beim Training nicht gestattet (Abgabe und Abholung jeweils am Eingangstor zum Bootshausgelände).
- Die Trainingsteilnehmer der Gruppen sind festgeschrieben und damit ein Wechsel des Trainers/der Trainierenden in eine andere Trainingsgruppe untersagt.
- Um die Reduktion von Kontakten zu gewährleisten, sieht der Rahmentrainingsplan eine halbstündige Pause zwischen den Trainingsgruppen vor.
- Über die Reinigung der sanitären Anlagen ist ein Protokoll zu führen.
- Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die Abteilung Volleyball ihre Trainingseinheiten auf dem Bootshausgelände parallel zu den Kanuten durchführen.

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Kegeln

Hygienebeauftragter der Abteilung: Martin Bindseil, 03641 360035, familie.bindseil@gmx.de

Der Sportbetrieb der Abteilung Kegeln ist auf der Kegelbahn im Burgauer Weg 9, 07745 Jena beheimatet. Eigentümer dieser Sportanlage ist die KIJ (Kommunale Immobilien Jena), allerdings ist die Abteilung Kegeln des SV SCHOTT Jena e.V. mit seinen einzelnen Kegelgruppen dort der einzige Nutzer und kümmert sich relativ autark um die Kegelbahn. Die räumliche Ausstattung ist wie folgt: Neben den zwei Kegelbahnen, an die sich direkt ein mit 2 Tischen und 20 Stühle ausgestatteter Aufenthaltsraum (etwa 20m²) anschließt, ist die Kegelanlage mit einem kleinen Flur, einer Küche und zwei Umkleieräumen samt Toilette ausgestattet.

- Die Anzahl der Personen, die gleichzeitig auf der Anlage sein dürfen, ist auf fünf beschränkt.
- Ein Treffen, bei dem das gesellschaftliche Zusammensein im Mittelpunkt steht, ist derzeit nicht möglich.
- Umkleiden, Toiletten und die Küche bleiben derzeit geschlossen.
- Im gesamten Bereich der Kegelbahnanlage ist von den Trainingsteilnehmern ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.
- Jede Trainingsgruppe hat dafür Sorge zu tragen, dass die Anlage nach ihrer jeweiligen Trainingszeit mindestens 5 Minuten stoßgelüftet wird.
- Fenstergriffe, Türklinken, das Bedienfeld der Bahn, Kugeln, Stuhllehnen und Tische sind nach Benutzung von der jeweiligen Trainingsgruppe zu desinfizieren.
- Der Trainingsbetrieb erfolgt unter strikter Berücksichtigung der Abstandsregeln. Zeitgleich ist pro Bahn genau nur ein Spieler am Wurf. Die ohnehin geltenden Sportregeln (rechts vor links) definieren, dass sich auf einem Bahnpaar jeweils auch nur eine Person im Anlaufbereich aufhält. Ein direkter Körperkontakt sowie Kontakt mit dem Sportgerät anderer ist damit ausgeschlossen.
- Das Training erfolgt ausschließlich in abgeschlossenen, namentlich bekannten Trainingsgruppen.
- Die Trainingsteilnehmer sind angehalten, erst zeitnah zu Beginn der Trainingseinheiten in der Sportanlage zu erscheinen und diese Räumlichkeiten sofort nach Beendigung der Trainingseinheit und aller Lüftungs- und Desinfektionsmaßnahmen wieder zu verlassen. Bei einem Wechsel zwischen den Trainingseinheiten und beim Verlassen der Räumlichkeiten ist eine Begegnung im engsten Raum zu vermeiden und die Distanzregeln (2m) einzuhalten.

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Kindersportschule

Hygienebeauftragter der Abteilung: Paul Schletzke, 0173 8313176, p.schletzke@svschottjena.de

Sämtliche Sportstunden finden aktuell in den Indoor-Räumlichkeiten unserer zwei Standorte statt. Der Sportraum in Lobeda-Ost ist 180m² groß, wodurch sich dort nach aktueller Vorgabe 18 Personen gleichzeitig aufhalten dürfen. Das Hallenteil der DRK-Halle in Jena-Ost ist 343m² groß, wodurch sich dort nach aktueller Vorgabe 34 Personen gleichzeitig aufhalten dürfen.

- Bei der Einhaltung des Mindestabstandes zwischen den Kindern in der Stufe 0 wird den Eltern eine entscheidende Rolle zu Teil. An beiden Standorten können die Gruppen in voller Stärke erscheinen, allerdings mit der Einschränkung, dass nur ein Elternteil das Kind begleiten darf und dass Geschwisterkinder, die nicht an der Brust getragen oder in Babyschalen abgestellt werden können, nicht mit dabei sein dürfen. Sollte die Zahl der Anwesenden die Maximalzahlen aus dem Einführungsabschnitt übersteigen, ist von allen anwesenden Eltern ein Mund-Nasenschutz zu tragen.
- Eltern, die im Ausnahmefall Kinder in allen anderen Stufen begleiten, müssen ebenfalls Mund-Nasenschutz tragen.
- Die Inhalte der Sportstunden werden vorrangig so gewählt, dass der Mindestabstand zwischen den einzelnen Kindern und dem Übungsleiter möglichst gewährt ist. Das betrifft sowohl Gruppenspiele als auch den Stationsbetrieb, wobei hier Hütchen für den Mindestabstand sorgen sollen.
- Die Geräte, die für den Aufbau der Stationen benötigt werden, werden im Anschluss an die Sportstunden jeden Tag einmalig gereinigt.
- Die Umkleieräumlichkeiten bleiben bei beiden Standorten vorerst geschlossen. Dementsprechend kommen alle Kinder bereits umgezogen zur Sportstunde.
- Die Kinder sollten möglichst so gebracht werden, dass die Zeitspanne zwischen Ankunft vor der Sportstätte und dem Beginn der Sportstunde möglichst gering ist. Nach der Sportstunde sind die Sportstätten möglichst zügig zu verlassen.
- Die Ein- und Ausgänge der Sportstätte in Lobeda-Ost werden entsprechend der folgenden Abbildung räumlich getrennt. Die Eltern werden aufgefordert beim Warten vor den Sportstätten den Mindestabstand zu anderen Familien einzuhalten.



Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Rhythmische Sportgymnastik

Hygienebeauftragte der Abteilung: Elke Schmidt, 0175 8609874, elke.schmidt55@gmail.com

OUTDOOR

- mögliche Nutzung kommunaler Parkanlagen, falls diese nicht von der Stadt gesperrt wurden, für die Durchführung von Fitness- und Gesundheitssport im Freien
- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe
- Kein Helfen und Sichern durch Trainer*innen und Mittrainierende
- Tragen eines Mund-Nasenschutzes wird empfohlen (nicht bei hohen aeroben Belastungen, da bei einer Durchfeuchtung der Mund-Nasenschutz seine Wirkung verliert)
 - Nordic Walking und andere aerobe Belastungen auf der Stelle – ohne Atemmaske mit genügend Abstand
 - Statische Kraftübungen auf der Stelle – mit Atemmaske (je nach körperlichen Voraussetzungen)
- Eigene Matte oder zumindest ein großes Badetuch mitbringen und über die Matte legen
- Auf die Nutzung von Kleingeräten verzichten bzw. nur eigene Kleingeräte nutzen oder nur mit dem eigenen Körpergewicht trainieren. Andernfalls nach Gebrauch desinfizieren
- Feste Zuordnungen der Übungsleitenden zu den Trainingsgruppen sind, wenn möglich, vorzunehmen

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Schach

Hygienebeauftragter der Abteilung: Wilfried Bunke, 036692 20866, wilfried.bunke@t-online.de

Die Trainingsstätte der Abteilung Schach ist der ehemalige Schulspeisesaal im Bowling-Eck in der Erlanger-Allee 150, 07747 Jena. Diese wird von den Kommunalen Immobilien Jena (KIJ) verwaltet. Die Grundfläche der Halle beträgt circa 250 m².

- Auf das Einhalten der Abstandsregelung ist jederzeit zu achten.
- Es spielen nie mehr als zwei Personen an einem Tisch. Auf Tandem sowie andere Spiel- und Übungsformen, die mit mehreren Personen an einem Tisch durchgeführt werden, wird verzichtet.
- Die Tische werden so aufgestellt, dass mindestens 2 Meter Abstand zwischen sich gegenüberstehenden Spielern gewährleistet ist.
- Beim Schach in Innenräumen wird jederzeit eine gute Belüftung des Spielortes gewährleistet. Dies soll bspw. durch Stoßlüften in Spielpausen und Öffnen der Fenster erreicht werden.
- Um den Kontakt beider Spieler über die Schachfiguren zu verhindern, nutzt jeder Spieler einen Spielsatz. Die Züge werden dem Gegner mündlich mitgeteilt, so dass beide Bretter die identische Stellung wiedergeben. Bei Nutzung einer Schachuhr muss diese auf einem gesonderten Tisch rechts bzw. links 2 Meter von beiden Spielern entfernt stehen. Die Einstellung der Uhr erfolgt durch den Trainer oder einen beauftragten Spieler. Jeder Spieler betätigt nur einen der beiden Knöpfe oder Tasten auf der Oberseite der Schachuhr. Es dürfen nur elektronische Schachuhren genutzt werden.
- Um das Infektionsrisiko zu minimieren wird das Tragen von Mund- und Nasenbedeckung empfohlen.
- Die Anzahl der Personen, die an einem Training teilnehmen dürfen, ist begrenzt. Von daher müssen sich alle Spieler beim Trainer oder dem Hygienebeauftragten für ein Training anmelden. Vom Trainer oder dem Hygienebeauftragten ist ein Tisch-Vergabeplan mit festen Paarungen für einen bestimmten Zeitraum zu erstellen. Der Tisch-Vergabeplan dient der Einhaltung der maximalen Personenzahl sowie in einem Infektionsfall der Dokumentation, wer mit wem direkten Kontakt hatte.
- Der Raum darf nur von den Personen betreten werden, die aktiv als Trainer oder Spieler am Training beteiligt sind. Eltern dürfen ihre Kinder in den Trainingsraum bringen, müssen den Raum jedoch wieder verlassen, sobald die Kinder dem Trainer übergeben wurden. Während des Trainings dürfen sich Eltern oder andere Begleitpersonen nicht im Trainingsraum aufhalten.
- Nach Ablauf ihrer jeweiligen Trainingszeit reinigen Spieler bzw. Trainer die Tischoberflächen, die Tischkanten, die Schachbretter, die Schachfiguren und die Schachuhren mit Flächendesinfektion sowie ihre Hände mit Händedesinfektion und verlassen dann unmittelbar den Raum.

Sofern die Tische und Schachspiele wieder abgebaut werden müssen, waschen sich Spieler und Trainer vor und nach dem Abbau die Hände und desinfizieren sie.

Simultanwettkämpfe:

- Das Simultanschach ist eine Form des Schachspiels, bei dem ein Spieler (*Simultanspieler*) gleichzeitig gegen mehrere Gegner (*Simultangeegner*) antritt.
- Die Simultangeegner sitzen an Tischen (80 Zentimeter breit) im Abstand von 2 Metern. Der Simultanspieler bewegt sich hinter einem Absperrband, 1,50 Metern von den Schachtafeln entfernt und teilt den einzelnen Simultangeegnern seinen Zug mit. Die Züge führen ausschließlich die Simultangeegner aus. Bei Nutzung von Schachuhren werden diese ausschließlich durch die Simultangeegner bedient.

Training mit Demonstrationsbrett:

- Der Trainer nutzt ein Demonstrationsbrett (80x80) zum Beispiel zum Nachspielen von Partien oder zum Stellen von Schachaufgaben. Die Abstände zwischen Trainer und den Kindern und Jugendlichen entsprechen denen der Simultanwettkämpfe.
- In der Sportstätte sind die allgemeinen Maßnahmen auszuhängen. Der Hygienebeauftragte informiert die Spieler und Trainer und alle anderen Beteiligten über das Hygienekonzept und die konkrete Umsetzung.

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Schwimmen

Hygienebeauftragte der Abteilung: Gudrun Lukin, 0171 3412917, buero@gudrun-lukin.de

Die Trainingsstätte der Abteilung Schwimmen ist das Hallenschwimmbad Lobeda-West in der Karl-Marx-Allee 9, 07747 Jena. Diese wird von der Jenaer Bäder und Freizeit GmbH verwaltet.

- Der Abstand von 3 m beim Bahnschwimmen ist eine Empfehlung, die bei Leistungsgleichheit der Sportler*innen auch auf 2 m verringert werden kann.
- Besondere Verhaltensregelungen sind für den Aufenthalt an der Start- und Wendebrücke zu vereinbaren. Hier muss bereits bei einer Anzahl von 4 Personen pro Schwimmbahn auf versetzte An- und Abschwimmzeiten oder seitliches „Wegtreten“ geachtet werden.
- Sportler*innen sollen sich nach Möglichkeit in Einzelkabinen umziehen. Sollte dies aufgrund der räumlichen Gegebenheiten nicht möglich sein, muss der Abstand von mindestens 2,0 Metern zwischen den Personen in den Sammelumkleiden eingehalten werden.
- Es bietet sich an, die Trainingsgruppe in kleinere Grüppchen von maximal fünf Personen zu unterteilen und sich nacheinander umzuziehen.
- Die Anzahl der zu verwendenden Umkleideschränke sollte eingeschränkt werden, zum Beispiel nur jeder vierte Schrank. Bei Z-Schrankanlagen ist der 2m-Abstand anzunehmen. Alle Schränke, die nicht in Verwendung sind, sollten nach Möglichkeit verschlossen werden. (Die Aufteilung ist in Abhängigkeit der Schrankgröße ggf. anzupassen)
- Ein Mindestabstand von 2,0 Metern muss eingehalten werden. Hierbei gilt eine max. Personenanzahl von 3 pro 20 qm.
- Das Duschen nach dem Training soll zu Hause durchgeführt werden.
- Die Nutzung von in der Trainingsstätte vorhandenen Föhne jeglicher Art ist untersagt.
- Es wird empfohlen, einen wöchentlichen Stunden- und Zeitplan für das Training zu erstellen.
- Trainingspläne sollten den Sportler*innen möglichst vorab per E-Mail bereitgestellt werden, um die Ansagen/Erklärungen vor Ort zu minimieren.
- Die Zusammensetzung von Trainingsgruppen sollte sich nach den sportlich vergleichbaren Leistungen orientieren (Aufschwimmen verhindern) und nicht wechseln.
- Die Bildung von Gruppen vor und in der Trainingsstätte ist unbedingt zu vermeiden. Es ist daher eine zeitversetzte An- und Abreise der Teilnehmer*innen mit den notwendigen Abstandsregeln (min. 1,5 Meter) zu organisieren.
- Sofern Türen nicht dauerhaft geöffnet bleiben können, sind Türklinken und sonstige Kontaktflächen nicht mit Händen anzufassen bzw. danach die Hände gründlich (mindestens 20 Sekunden mit Wasser und Seife) zu waschen und/oder zu desinfizieren.

- Das Schwimmbad muss nach dem Training unverzüglich verlassen und Menschenansammlungen vermieden werden.
- Trainer*innen tragen während des gesamten Sportbetriebs einen Mund-Nasen-Schutz.
- Die Auswertung der Trainingseinheiten sollte ausschließlich über Videokonferenzen erfolgen.
- Das Training findet unter Ausschluss von Zuschauern, Gästen oder anderen Personen statt, die nicht direkt am Training beteiligt sind.

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Tanzen

Hygienebeauftragte der Abteilung: Anja Buder, 0163 6988538, anja.buder@uni-jena.de;

Maria Lehmann, 0151 15667294, riama86@gmx.de

ALLGEMEIN

- Es werden weiterhin online-Trainings als Ergänzung und Ersatz durchgeführt.
- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe, Aufstellungen und Choreographien werden vorerst nur mit ausreichendem Abstand vorgenommen.
- Hilfeleistungen und Sichern durch Trainer*innen und Mittrainierende werden nicht erfolgen.
- Es werden keine Technikkorrekturen mit direktem Körperkontakt durchgeführt.

OUTDOOR

Die Trainingsstätte der Abteilung Tanzen, Trainingsgruppe „Sunlights“ und „Shine“, ist das Gelände des EAS, im Speziellen die Jahnwiese in der Oberaue, Roland-Ducke-Weg.

- Die Tanzgruppe wird in Kleingruppen zu maximal je fünf Kindern eingeteilt. Diese Kleingruppen sollen an sich in Kombination mit dem jeweiligen Übungsleiter in ihrer Zusammensetzung möglichst konstant sein.
- In den Kleingruppen muss weiterhin der Abstand gewahrt werden (20m² pro Person).
- Die Kinder sollten möglichst so gebracht werden, dass die Zeitspanne zwischen Ankunft auf dem Sportgelände und dem Beginn der Sportstunde möglichst gering ist. Nach der Sportstunde ist die Jahnwiese möglichst zügig zu verlassen.
- Die Eltern sind angehalten während der Sportstunde die Jahnwiese zu verlassen.

Für die Durchführung von Training unter freiem Himmel können außerdem kommunale Parkanlagen, falls diese nicht von der Stadt gesperrt wurden, genutzt werden.

INDOOR

Die Trainingsstätte der Abteilung Tanzen, Trainingsgruppe „Sunlights“ und „Shine“, ist die Turnhalle der Heineschule in der Dammstraße 37, 07749 Jena. Diese wird von den Kommunalen Immobilien Jena (KIJ) verwaltet. Die Grundfläche der Halle beträgt circa 260m².

- In der Heineschule dürfen laut Auflagen der KIJ nur 13 Personen (inkl. Trainer) trainieren. Dabei müssen die Regeln 1 und 2 des Hygienekonzeptes eingehalten werden.
- In der Sportstätte sind die zentralen Maßnahmen auszuhängen. Der Hygienebeauftragte informiert zudem die Teilnehmer, Trainer, Funktionäre und alle anderen Beteiligten über das Schutz- und Handlungskonzept und die konkrete Umsetzung.
- Die Anzahl der Personen, die an einem Training teilnehmen dürfen, ist aktuell begrenzt. Von daher müssen sich alle Spieler beim Trainer oder dem Hygienebeauftragten für ein Training anmelden.

- Die Halle darf nur von den Personen betreten werden, die aktiv als Trainer oder Spieler am Training beteiligt sind.
- Eltern dürfen ihre Kinder in die Sporthalle bringen, müssen die Halle jedoch wieder verlassen, sobald die Kinder dem Trainer übergeben wurden. Während des Trainings dürfen sich Eltern oder andere Begleitpersonen nicht in der Sporthalle aufhalten.
- Das Tragen eines Mund-Nasenschutzes beim Hinein- und Hinausgehen ist Pflicht.
- Während der Sportstunde muss der Mund-Nasenschutz auf Grund der hohen aeroben Belastung nicht getragen werden.
- Es werden Markierungen am Boden mit Kreide vorgenommen, um eine Orientierung zu ausreichendem Abstand zu gewährleisten.
- Geräte und Matten werden nicht genutzt.
- Es darf nicht barfuß oder halb-barfuß getanzt werden - nur in Socken oder geschlossenen Tanzschuhen (keine RSG-Schläppchen).

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Tischtennis

Hygienebeauftragter der Abteilung: Ralf Hamrik, 0157 55890229, ralf.hamrik@gmx.de

Die Trainingsstätte der Abteilung Tischtennis ist die Turnhalle der Janisschule in der Rudolf-Breitscheid-Straße 4, 07747 Jena. Diese wird von den Kommunalen Immobilien Jena (KIJ) verwaltet. Die Grundfläche der Halle beträgt circa 400m². Gemäß des Hygieneplans sind maximal 40 Personen zugelassen.

- Tischtennis ist mit Ausnahme des Doppels ein Individualsport und gehört nicht zu den Kontakt-Sportarten. Es spielen nie mehr als zwei Personen an einem Tisch. Auf Doppel oder Rundlauf sowie andere Spiel- und Übungsformen, die mit mehreren Personen auf einer Tischseite durchgeführt werden, wird verzichtet.
- Trainingspartner oder Wettkampfgegner, die sich am Tisch gegenüberstehen, sind durch den Tisch, also mindestens 2,74 Meter (Länge des Tisches), voneinander getrennt.
- Die Tische sind durch geeignete Maßnahmen zu trennen. Zur Abgrenzung mehrerer Tische werden Tischtennis-Umrandungen aufgestellt.
- Beim Tischtennis in der Halle oder anderen Innenräumen wird jederzeit eine gute Belüftung des Spielortes gewährleistet. Dies sollte bspw. durch Stoßlüften in Spielpausen oder Öffnen zusätzlicher Ausgänge ergänzt werden.
- Umkleieräume und Duschen werden nicht genutzt, d. h. die Spieler und Trainer kommen bereits umgezogen in die Sportstätte. Die Hallenschuhe werden in der Halle oder anderen Innenräumen angezogen.
- Um den Kontakt beider Spieler mit ein und demselben Spielball zu verhindern markiert jeder der beiden Trainingsteilnehmer am Anfang der Einheit seinen persönlichen Ball mit dem Anfangsbuchstaben seines Namens und nimmt während des Trainings nur die eigenen Bälle in die Hand.
- Fremde Bälle werden mit dem Fuß oder dem Schläger zum Mitspieler gespielt.
- In der Sportstätte sind die zentralen Maßnahmen auszuhängen. Der Hygienebeauftragte informiert zudem die Spieler, Trainer, Funktionäre und alle anderen Beteiligten über das Schutz- und Handlungskonzept und die konkrete Umsetzung.
- Die Anzahl der Personen, die an einem Training teilnehmen dürfen, ist aktuell begrenzt. Von daher müssen sich alle Spieler beim Trainer oder dem Hygienebeauftragten für ein Training anmelden.
- Vom Trainer oder dem Hygienebeauftragten ist ein Tisch-Vergabepplan mit festen Paarungen für einen bestimmten Zeitraum zu erstellen. Der Tisch-Vergabepplan dient der Einhaltung der maximalen Personenzahl sowie in einem Infektionsfall der Dokumentation, wer mit wem direkten Kontakt hatte.

- Die Halle darf nur von den Personen betreten werden, die aktiv als Trainer oder Spieler am Training beteiligt sind.
- Eltern dürfen ihre Kinder in die Sporthalle bringen, müssen die Halle jedoch wieder verlassen, sobald die Kinder dem Trainer übergeben wurden. Während des Trainings dürfen sich Eltern oder andere Begleitpersonen nicht in der Sporthalle aufhalten.
- Nach Ablauf ihrer jeweiligen Trainingszeit reinigen Spieler bzw. Trainer die Tischoberflächen, die Tischsicherungen und die Tischkanten, die Bälle und die Schläger mit Flächendesinfektion sowie ihre Hände mit Händedesinfektion und verlassen dann unmittelbar die Sporthalle.
- Sofern die Tische und Abtrennungen wieder abgebaut werden müssen, waschen sich Spieler und Trainer vor und nach dem Abbau die Hände und desinfizieren sie.
- Falls Teile des Trainings im Umfeld der Halle bspw. auf der angrenzenden Laufbahn stattfinden, ist besonders auf das Einhalten der Abstandsregelung zu achten.

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Turnen/Gymnastik

Hygienebeauftragte der Abteilung: Anke Friebe, 0176 46013440, ankefriebe156@gmail.com

OUTDOOR

- Die Nutzung kommunaler Parkanlagen, falls diese nicht von der Stadt gesperrt wurden, kann für die Durchführung von Fitness- und Gesundheitssport im Freien
- Verzicht auf Partnerübungen und Körperkontakt in der Gruppe
- Kein Helfen und Sichern durch Trainer*innen und Mittrainierende
- Tragen eines Mund-Nasenschutzes wird empfohlen (nicht bei hohen aeroben Belastungen, da bei einer Durchfeuchtung der Mund-Nasenschutz seine Wirkung verliert)
 - Nordic Walking und andere aerobe Belastungen auf der Stelle – ohne Atemmaske mit genügend Abstand
 - Statische Kraftübungen auf der Stelle – mit Atemmaske (je nach körperlichen Voraussetzungen)
- Eigene Matte oder zumindest ein großes Badetuch mitbringen und über die Matte legen
- Auf die Nutzung von Kleingeräten verzichten bzw. nur eigene Kleingeräte nutzen oder nur mit dem eigenen Körpergewicht trainieren. Andernfalls nach Gebrauch desinfizieren
- Feste Zuordnungen der Übungsleitenden zu den Trainingsgruppen sind, wenn möglich, vorzunehmen

Sportartspezifische Ergänzungen Abteilung Volleyball

Hygienebeauftragte der Abteilung: Olivia Friedrich, 0173 6752733, olivia.friedrich@aol.de

Das Training der Abteilung Volleyball findet vorläufig auf dem Gelände des Bootshauses. Dieses befindet sich am Ufer der Saale im Burgauer Weg 8, 07745 Jena. Auf einer Grundstücksfläche von über 2500m² ist genügend Platz sich aus dem Weg zu gehen – auch, wenn zwei Trainingsgruppen aus Abteilung Kanu und der Abteilung Volleyball zeitgleich auf dem Gelände sein sollten.

- Jede Teilnehmerin hat die Handlungsempfehlungen des Deutschen Volleyball-Verbandes durchzulesen (https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/20200508_Handlungsempfehlungen_DVV.pdf) und vor dem Beginn der Sportausübung einmalig zu unterschreiben diese Regeln gelesen und verstanden zu haben und sich zur lückenlosen Umsetzung zu verpflichten
- Bis zum 30.08.2020 erfolgt die Sportausübung im Freien in der Beachvolleyball-Variante
- Beachvolleyball ist ein kontaktloser Sport. Die Gegner sind durch ein Netz getrennt und die Abstandswahrung aufgrund der Teamstärke von nur zwei Personen gut umsetzbar.
- Je Person ist eine eigene Trinkflasche und ein eigenes Handtuch zum Training mitzubringen.
- Umziehmöglichkeiten vor Ort stehen nicht zur Verfügung. Das Wechseln der Trainingsklamotten und das anschließende Duschen erfolgt zu Hause.
- Je Person sollte – sofern möglich – ein eigener Ball verwendet werden. Beim Training in Kleingruppen soll der Ball nicht zwischen den Gruppen gewechselt werden.
- Bei Übungs- und Spielformen mit mehr als zwei Trainierenden sollte der Ball während des Trainings regelmäßig desinfiziert werden.
- Die Anzahl der Trainingsteilnehmerinnen ist aktuell auf maximal 8 beschränkt, sodass 4 Zweiergruppen gebildet werden können.
- Um den Mindestabstand zu wahren, ist bei der Auswahl der Übungsformen zu achten auf:
 - keine direkten Ballaktionen am Netz
 - keine Aufschläge oder Angriffe in die Mitte des Spielfeldes
 - keine zwei Personen in der Annahme/Abwehr