

Hygieneregeln und Begriffserklärung



Allgemeine Hygieneregeln

- ✓ Jeder Trainingsteilnehmer ist über Basishygienemaßnahmen (Händedesinfektion, Husten- und Nieshygiene, Abstandsregeln) belehrt. Sie/ er kennt die Definition des Wortes „Infektsymptome“ sowie das entsprechende Verhalten beim Auftreten dieser
 - **bei** Personen mit erhöhter Körpertemperatur und/oder **Erkältungssymptomen erfolgt ein grundsätzlicher Ausschluss** vom Training
- ✓ Es erfolgt die Einhaltung der Regeln zur Begrüßung und Verabschiedung (kein Händedruck o.ä.)
- ✓ Es erfolgt die Einhaltung des Mindestabstandes von mind. 1,50 m (auch in den Pausen)
- ✓ Bei Nichteinhalten des Mindestabstandes ist in Eigenverantwortung eine **Mund-Nasen-Bedeckung** zu tragen. Dies gilt auch beim Betreten der Sportstätte und bis zum unmittelbaren Trainingsbeginn (also so lange keine sportliche Betätigung erfolgt)
- ✓ Sanitärbereiche sind grundsätzlich allein aufzusuchen. In Ausnahmefällen hat die Einhaltung des Mindestabstandes von 1,50 Meter zu erfolgen.
- ✓ Möglichkeiten zum Händewaschen (mit entsprechendem Abstand zueinander) müssen ausgerüstet sein mit Flüssigseife, zum Abtrocknen mit Einmalhandtüchern. Elektrische Handtrockner sind weniger geeignet, könnten aber belassen werden, wenn sie bereits eingebaut sind.
- ✓ Alle Personen, die eine Sportstätte betreten, sind angehalten, unverzüglich die Hände zu waschen oder zu desinfizieren. Wenn keine Möglichkeiten zum Händewaschen vorhanden, ist Desinfektion/ Feuchttücher oder ähnliches eigenverantwortlich zu beschaffen und vorzuhalten.
- ✓ Trainingsgeräte sind nach Benutzung/ bei Übergabe an eine andere Person grundsätzlich zu reinigen.
- ✓ Die Nutzung von Duschräumen ist möglich unter Einhaltung des Mindestabstandes. Es wird empfohlen, das Duschen auf das absolut notwendige Minimum zu begrenzen. Die Nutzung von Umkleibereichen sowie Sanitäranlagen ist unter Einhaltung des Mindestabstandes gestattet. Es wird empfohlen, so lange die Witterungsbedingungen dies zulassen, bereits in Sportkleidung zum Training zu erscheinen.
- ✓ Erlaubt ist der ausschließliche Einsatz von personalisierten Trinkflaschen.

Begriffserläuterungen:

a. **Kontakterfassung:**

Ist eine Dokumentation der Trainingsteilnehmer (Vorname, Name, Telefonnummer oder E-Mail-Adresse sowie Adresse gemäß §2 Abs 2 SächsCoronaNotVO vom 19.11.21) bei JEDER Trainingseinheit, die im Infektionsfall an das Gesundheitsamt übergeben werden muss. Auf Nachfrage ist vom Teilnehmer ein Nachweis zum Impf- oder Genesenenstatus vorzulegen.

Anwesenheitsliste

Erfassung der Namen der bei der Trainingseinheit anwesenden Personen (einfache Liste ausreichend, keine Kontaktdatenerfassung)

b. **3G -Regel:**

vollständig geimpft (2 x geimpft), genesen (Infektion mind. 14 Tage aber nicht länger zurückliegend als 3 Monate zurückliegend) oder tagesaktuell getestet (in Schule, Betrieb oder offizieller Teststelle mit schriftlichem Nachweis)