

**SELBSTVERTEIDIGUNGSVEREIN Potsdam e.V.**  
**SVV Potsdam**  
*Freies Individuelles SelbstverteidigungsTraining (F.I.S.T.)*



# Hygiene- und Trainingskonzept

gemäß SARS-CoV-2-EindV

*Stand 16.09.2020*

# SELBSTVERTEIDIGUNGSVEREIN Potsdam e.V.

SVV Potsdam

*Freies Individuelles SelbstverteidigungsTraining (F.I.S.T.)*



## Inhalt

### Inhalt

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

# SELBSTVERTEIDIGUNGSVEREIN Potsdam e.V.

SVV Potsdam

*Freies Individuelles SelbstverteidigungsTraining (F.I.S.T.)*



## 1 Präambel

Zielsetzung dieses Konzeptes ist es, die Mitglieder des SVV Potsdam e.V. in den Trainingsstätten vor einer Infektion durch das COVID-19 Virus zu schützen und den Trainingsbetrieb wieder aufzunehmen. Der Schutz der Gesundheit steht weiter als oberstes Ziel aller Entscheidungen. Selbstverständlich kann der Vereinsvorstand beschließen, auch weiterhin strengere Regeln bei der Durchführung des Sportbetriebes anzuwenden.

## 2 Geltungsbereich

Das Konzept gilt für alle Nutzer der Trainingsstätten des SVV Potsdam e.V., für den Zeitraum der Gültigkeit der Verordnung über Maßnahmen zur Eindämmung des neuartigen Coronavirus SARS-CoV-2 und COVID-19 in Brandenburg<sup>1</sup>.

## 3 Trainingsstätte

Die Trainingsstätten stehen für den Trainingsbetrieb ab dem 22.09.2020 bis auf Widerruf zur Verfügung. Die Nutzung ist für den Zeitraum des Trainings auf folgende Tätigkeiten beschränkt:

- Ablegen persönlicher Sachen in den Umkleiden,
- Anstellen und Holen von Trainingsgeräten sowie
- Nutzung sanitärer Anlagen und Umkleiden, ausgenommen Duschen.

Um direkte Begegnungen zu minimieren, wird ein „Einbahnstraßen-Prinzip“ eingerichtet. Der Eingang erfolgt wie bisher über den Eingang. Der Zugang zu den Umkleiden im Obergeschoss ist unter Einhaltung der allgemeinen Abstandsregeln (Mindestabstand 1,50m, Mund-Nasenschutz ist zu tragen) möglich. Der Ausgang erfolgt durch den Hallennotausgang. Bei Nutzung des Obergeschosses erfolgt der Ausgang über den hinteren Eingangsbereich. In der gesamten Trainingsstätte sind Socken oder Schuhe (Turnschuhe/Badelatschen) sowie ein Mund-Nasenschutz zu tragen.

Vor Betreten der Halle sind die Hände gem. Hygieneempfehlung des RKI zu waschen. Dazu sind im unteren wie im oberen Geschoss Sanitäranlagen einzeln zu betreten.

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 in unterschiedlichen Räumlichkeiten und zu unterschiedlichen Zeiten statt:

- Kindertraining – dienstags 16 – 17:30 in der Dortustraße
- Erwachsenentraining und Kurse – montags in der Halle des Klinikums EvB

Das Gruppentraining ist auf maximal 5 Personen inklusive Trainer begrenzt. Werden im Gruppentraining Trainingsmaterialien (Geräte, Matten etc.) eingesetzt, wird die Nutzung auf maximal 1 Person pro Gerät begrenzt. Am Ende des Trainings sind alle Materialien zu desinfizieren. Dazu hält der Verein entsprechende Desinfektionsmittel vor.

<sup>1</sup> Siehe Verordnung über den Umgang mit dem SARS-CoV-2-Virus und COVID-19 in Brandenburg (SARS-CoV-2-Umgangsverordnung - SARS-CoV-2-UmgV) [https://bravors.brandenburg.de/verordnungen/sars\\_cov\\_2\\_umgv](https://bravors.brandenburg.de/verordnungen/sars_cov_2_umgv)

# SELBSTVERTEIDIGUNGSVEREIN Potsdam e.V.

SVV Potsdam

*Freies Individuelles SelbstverteidigungsTraining (F.I.S.T.)*



In den Geräteräumen dürfen sich maximal so viele Personen aufhalten, wie es die allgemeinen Abstandsregeln zulassen (Mindestabstand 1,50m, Mund-Nasenschutz ist zu tragen) Der verantwortliche Trainer/Übungsleiter hat auf die Einhaltung der festgelegten Regeln zu achten. Die Besetzung der Trainingsgruppen sollte gleichbleiben.

## 5 Anwesenheitsliste

Zu jedem Training wird eine Anwesenheitsliste vom verantwortlichen Trainer/Übungsleiter geführt, so dass bei Bedarf schnell Infektionsketten nachvollzogen werden können. Die Anwesenheitslisten werden im Büroschrank in einem dafür bereitgestellten und gekennzeichneten Ordner durch den verantwortlichen Trainer/Übungsleiter abgelegt. Die Aufbewahrungsfrist jeder Anwesenheitsliste beträgt 4 Wochen.

## 6 Risikogruppen

Mitglieder, die zu den definierten Risikogruppen<sup>2</sup> gehören, werden vorerst vom Trainingsbetrieb ausgeschlossen. Der SVV Potsdam e.V. orientiert sich dabei an den Angaben 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
- Personen mit chronischen Lebererkrankungen
- Personen mit Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- Personen mit einer Krebserkrankung
- Personen mit geschwächtem Immunsystem sowie
- bei Vorliegen einer ärztlichen Bescheinigung über ein erhöhtes Erkrankungsrisiko.

## 7 Allgemeine Verhaltensregeln

Die Mitglieder werden bei Beginn des Trainings entsprechend belehrt, auf die allgemeinen Verhaltensregeln zu achten:

- Beim Zutritt oder Verlassen der Trainingsstätte muss die Bildung von Warteschlangen vermieden werden.
- Die Bildung von kleineren Trainingsgruppen, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, erfolgt analog der Vorgaben der Fachverbände.
- Die Mindestabstandsregelung von 1,5 m sowie die konsequente Durchführung von Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen durch die Mitglieder wird ausnahmslos umgesetzt.
- Abstandsmarkierungen mit Klebestreifen auf den Hallenböden sind nicht erlaubt. Sofern erforderlich müssen andere geeignete Mittel verwendet werden.
- Die Personen, die die Trainingsstätten 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.
- Beim Auftreten von Infekten oder Symptomen einer Coronavirusinfektion hat eine sofortige Meldung an die Übungsleitung zu erfolgen und es ist ein medizinischer Test durchzuführen. Dies gilt auch bei Infekten von Familienangehörigen oder direkten Kontakten zu infizierten

<sup>2</sup> Gemäß [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogruppen.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html)

# SELBSTVERTEIDIGUNGSVEREIN Potsdam e.V.

SVV Potsdam

*Freies Individuelles SelbstverteidigungsTraining (F.I.S.T.)*



Personen. Eine Teilnahme am Übungsbetrieb ist unter diesen Umständen dann zunächst nicht möglich.

- Begrüßungen, Jubel etc. durch Händeschütteln, Abklatschen, Umarmungen etc. sind zu vermeiden. Jeglicher Körperkontakt unterbleibt somit im Sinne der Abstandsregeln. Auf, , in den Arm nehmen und Jubeln
- 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 dürfen sich maximal 6 Personen aufhalten. Das Duschen ist untersagt.
- In den Sanitäreinrichtungen darf sich maximal eine Person aufhalten.
- Jede/r Sportler\*in, Trainer/Übungsleiter wird vor Start des Trainings ausführlich über unsere „Corona-Regeln“ unterrichtet und erklärt sich beim Besuch der Trainingsstätte mit diesen einverstanden. Hinweis: Eltern und weiteren Begleitpersonen ist der Zutritt zur Trainingsstätte 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 Abstandsregeln sollte auch beim Bringen und Abholen der Sportler beachtet.
- Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren.
- Zum Nachweis von Infektionsketten ist der Verein verpflichtet, über die jeweilige Übungseinheit eine Teilnehmerliste - Ort, Datum, Uhrzeit, Namen der Übungsleitung und der Teilnehmenden - zu führen, mindestens vier Wochen aufzubewahren und auf Anforderung durch das Gesundheitsamt, ergänzt durch Telefonnummern, zur Verfügung zu stellen.

Potsdam, 16.09.2020

Diana Schindler und Jana Mank