

# Konzept zur Wiederaufnahme des Trainings in den Abteilungen

Ab dem 07.06.2020 gelten in NRW folgende Regelungen und Bestimmungen für den Breiten- und Freizeitsport

- ab Donnerstag kontaktloser Breitensport möglich
- Fitnessstudios dürfen ab 11. Mai öffnen
- Sportarten mit Kontakt müssen sich bis Ende Mai gedulden

## *Großveranstaltungen und Versammlungen*

Großveranstaltungen bleiben bis 31. August 2020 untersagt. Für Versammlungen gelten die bestehenden Abstandsregelungen.

Mit Zieldatum ab 30. Mai 2020 sollen Fachmessen und Fachkongresse mit Schutzkonzepten und unter Beschränkung der Besucher- und Teilnehmerzahlen wieder stattfinden können.

## *Sport und Freizeit*

Für den Sport- und Freizeitbereich gelten folgende Stufen:

Ab Donnerstag (7. Mai 2020) ist der Sport- und Trainingsbetrieb im kontaktlosen Breiten- und Freizeitsport wieder erlaubt – sofern der Sport auf öffentlichen oder privaten Freiluftsportanlagen oder im öffentlichen Raum stattfindet.

***Ein Abstand zwischen Personen von 1,5 Metern und die Einhaltung strikter Hygiene- und Infektionsschutzmaßnahmen müssen gewährleistet sein. Dusch-, Wasch-, Umkleide-, Gesellschafts- und sonstige Gemeinschaftsräume dürfen nicht genutzt werden.***

Zudem sind Zuschauerbesuche vorerst untersagt. Bei Kindern unter 12 Jahren ist jedoch das Betreten der Sportanlage durch jeweils eine erwachsene Begleitperson zulässig.

***Ab 11. Mai*** ist die Öffnung von Fitnessstudios, Tanzschulen und Sporthallen/Kursräumen der Sportvereine unter strengen Abstands- und Hygieneauflagen wieder möglich.

***Ab 30. Mai*** soll die Ausübung von Sportarten auch mit unvermeidbarem Körperkontakt und in geschlossenen Räumen wieder gestattet werden, ebenso der Betrieb in Hallenbädern. Sportliche Wettbewerbe im Kinder-, Jugend- und Amateurbereich sind dann ebenfalls zulässig – die Nutzung von Umkleide- und Sanitäreinrichtungen ist unter Auflagen gestattet.

## ***Strenge Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen***

Voraussetzung ist die Einhaltung von 1,5 Metern Abstand zwischen den Sportlern. Außerdem müssen Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen, insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten, eingehalten werden.

## **Kommunikation**

### Vereins-App

Die DJK Ruhrwacht hat den Auftrag zur Gestaltung einer Vereins-App für beide gängigen Systeme in Auftrag geben. Sobald diese zur Verfügung steht, wird Lars Knappe alle Informationen zur Nutzung der App an die Vereinsmitglieder weiterleiten. So soll unter anderem die Möglichkeit eines schnellen Kommunikationsaustusches sowie aktuelle Information zügig an alle Mitglieder verteilt werden können, die die App nutzen.

Die Abteilungsleiter informieren ihre Abteilungsmitglieder über die vorgesehene Organisation und Durchführung ihres Trainings- und Übungsbetriebes. Insbesondere die Maßnahmen zur Einhaltung der Hygiene und Abstandsvorschriften sind den Mitgliedern vorzustellen.

### **Einhaltung der Hygiene und Abstandsvorschriften:**

Es wurde ein Hygieneplan erstellt, der von allen zu beachten ist. Dieser Plan hängt mittlerweile an verschiedenen Stellen des Bootshauses und soll allen Vereinsmitgliedern zudem zugesandt werden.

Die Nutzung der Umkleieräume und Duschen ist weiterhin bis zum 30.05.2020 untersagt. Es sind die Toiletten in der oberen Etage zu benutzen. Ab dem 01.06.2020 ist eine Nutzung der Umkleieräume im Erdgeschoß unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregelungen möglich. In der Regel dürfen sich nicht mehr als 4 Personen im Umkleideraum aufhalten.

Die Athleten erscheinen bis zum 30.05.2020 bereits in Sportkleidung, da Möglichkeiten für einen Wechsel der Kleidung nicht gegeben sind. Erst ab dem 01.06.2020 ist eine Nutzung der Umkleieräume möglich.

Die Boote sind zügig aus der Bootshalle zu entnehmen und bei Rückkehr vom Wasser schnell wieder in die Bootsstellagen zu verbringen. Das Vereinsgelände ist danach umgehend zu verlassen. Auf längere Gruppengespräche ist zu verzichten. Dazu kann ggf der große Parkplatz vor dem Bootshaus genutzt werden, da hier die Sicherheitsabstände besser eingehalten werden können.

Das Ein- und Aussteigen an den Stegen hat ebenfalls zügig zu erfolgen, da Kontaktzeiten auf engen Raum vermieden werden müssen. Sollten die Stege besetzt sein, haben die hinzukommenden Sportler zu warten, bis der Steg wieder frei ist. Zurufe um Rücksichtnahme sind dazu ggf erforderlich.

## **Betreten und Verlassen des Bootshauses**

Die Bootshalle wurde in zwei Bereiche aufgeteilt. Die linke Seite nutzt die Kanurenmannschaft sowie der Kanuwandersport. Die rechte Seite ist für Kanupolo, Stand-Up und Drachenbootmannschaft. Vor der Bootshalle sind die Bereiche durch rote Linien markiert. Der Zutritt zum Bootshaus erfolgt durch die vordere Eingangstür. Das Bootshaus ist generell hinten über das Vereinsgelände zu verlassen. Es herrscht damit ein Einbahnstraßen Zugangs- und Ausgangsgebot.

Es ist zu prüfen, ob ggf Schutzmasken auf dem Vereinsgelände, auf dem Weg zu den Stegen und auf dem Steg erforderlich sind. Das Tragen der Schutzmasken auf dem Wasser ist bei genügend großen Sicherheitsabstand nicht erforderlich, zumal man schlecht unter sportlicher Belastung ein- und ausatmen kann. Wenn sich aber Sportler mit dem Tragen einer Schutzmaske unter Belastung sicher fühlen, soll dem nicht entgegen gewirkt werden.

Wer Vorzeichen einer Erkrankung hat, ist eine Teilnahme am Training untersagt.

Es haben immer die gleichen Personen an einer Trainingsgruppe teilzunehmen. Ein Wechsel in eine andere Trainingsgruppe, aus welchen Gründen auch immer, ist zu unterbleiben. Hier stehen die Trainer, Übungsleiter und Coaches in der Verantwortung, Gruppenwechsel zu verhindern.

Ordnungsstrafen wegen Fehlverhalten und Nichteinhaltung der behördlichen Vorschriften sind durch die Teilnehmer der jeweiligen Trainingsgruppen selber zu tragen. Der Verein übernimmt keine Haftung.

## **Handlungsempfehlungen des Deutschen Kanu-Verbandes**

### **Risiken in allen Bereichen minimieren**

- a) Sportlerinnen und Sportler sowie Betreuungspersonal dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen nicht am Training oder an Ausfahrten teilnehmen, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt kontaktieren und dessen Anweisungen befolgen; das gilt auch für Begleitpersonen. Die Trainings- oder Fahrtengruppen sowie andere Kontakte sind umgehend telefonisch, per SMS, WhatsApp oder Email zu informieren. Das Benutzen von Gemeinschaftseinrichtungen ist nicht gestattet.
- b) Kanusport – egal ob als Freizeit- oder Leistungssport ausgeübt - ist nicht sinnvoll, wenn Krankheitssymptome bestehen.
- c) Typische Krankheitssymptome sind Fieber, trockener Husten, Geruchssowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, leichter Durchfall, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit.
- d) Kanuten, die Kontakt zu infizierten Personen hatten und sich deshalb in häuslicher Quarantäne befinden, ist die Teilnahme am Vereinsbetrieb ebenfalls untersagt.
- e) Im Falle eines Verdachtes einer Infektion an Vereinsmitgliedern, ist dieser zu separieren und schnellstens medizinische Hilfe zu suchen.

### **2) Distanzregeln einhalten**

- a) Grundsätzlich besteht beim Kanufahren nur ein geringes Risiko, sich anzustecken. Das Risiko kann sekundär durch die Nähe zu Trainingspartnern

oder Fahrtenmitgliedern erhöht werden. Es ist daher darauf zu achten, den Mindestabstand von 1,5m bei der Interaktion auf dem Bootshausgelände einzuhalten, insbesondere bei der Materialpflege und beim Zuwasserlassen der Boote.

c) Auch beim Lauftraining muss ein ausreichender Abstand eingehalten werden, da gerade beim forcierten Atmen erhöhte Risiken bestehen.

### **3) Körperkontakte auf das Minimum reduzieren**

- a. Kanufahren ist eine kontaktlose Sportart. Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen, „Abklatschen“, sich in den Arm nehmen, Jubeln oder Trauern in der Gruppe und Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.
- b. Empfohlen wird das Tragen von Mund-Nasen-Schutzmasken außerhalb des Kanus und für Betreuungspersonal und Begleitpersonen.
- c. Die Aufenthaltsdauer in den Räumlichkeiten der Sportstätten vor und nach dem Training sollte so kurz wie möglich ausfallen.
- d. Durch eine entsprechende Nutzungsplanung sind das Training, Ausfahrten und die Begegnungsmöglichkeiten verschiedener Kleingruppen räumlich (z.B. Wegeplanung nach den Einbahnstraßenprinzip, gleichzeitige Nutzung verschiedener Trainingsorte/Paddelreviere) und zeitlich (Wochenplanung an unterschiedlichen Tagen und Uhrzeiten unterstützt eine exklusive Nutzung der Anlage) zu separieren.

### **4) Persönliche Hygieneregeln einhalten**

- a) Vor den Sportangeboten findet eine Aufklärung über die grundsätzlichen Hygiene- und Abstandsregeln statt. Aushänge befinden sich bereits an mehreren Stellen des DJK-Bootshauses. Die Abteilungsleiter informieren zudem alle Abteilungsmitglieder.
- b) Häufiges und intensives Händewaschen von mindestens dreißig Sekunden Länge mit Seife und heißem Wasser sollte zur Gewohnheit werden.
- c) Auf das Berühren des Gesichtes mit den Händen sollte verzichtet werden.
- d) Die vorgeschriebene Husten- und Niesetikette ist einzuhalten.
- e) Griffflächen der Paddel sind nach der Nutzung desinfizierend intensiv zu reinigen. Dazu empfehlen sich vom RKI zugelassene desinfizierende Reinigungsmittel.

### **5) Umkleiden und Duschen zu Hause**

- a) Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Gemeinschaftsräumen des Bootshauses ist bis zum 30.05.2020 auszusetzen.
- b) Das Training und die Trainingsgruppen sowie Ausfahrten in Freizeitgruppen sind zu dokumentieren und die Teilnehmer sind zu erfassen, um im Falle von Infektionen, Kontakte nachvollziehen zu können.

*Entsprechende Fahrtenbuchliste wurde bereits in der DJK-Bootshalle gut sichtbar ausgelegt.*

d) Keine rotierenden oder wechselnden Kleingruppen zulassen. Trainings- oder Fahrtengruppen sind immer mit den gleichen Personen zu besetzen, um so mögliche Verläufe von Infektionsketten jederzeit nachverfolgen zu können. Im Falle einer Ansteckungsgefahr ist dadurch nur jeweils eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.

## **6) Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen**

- a. In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Freizeitfahrten und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans.
- b. Bei der Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln wird das Tragen von Mund-Nasen-Schutzmasken empfohlen.
- c. Bootstransporte möglichst einzeln und nacheinander beladen. Bei Hilfeleistungen Abstandsregeln beachten.

## **10) Bootshausnutzung**

- a. Zugang haben in der Übergangsphase nur Aktive, Trainerinnen und Trainer beziehungsweise dringend erforderliches Funktionspersonal. Eltern geben ihre Kinder vor dem Vereinsgelände in die Obhut der Trainer. Sind die zuständigen Trainer oder Übungsleiter nicht anwesend, sollen die Eltern ihre Kinder wieder mit nachhause nehmen und nicht alleine am Bootshaus zurücklassen.
- b. Es erfolgt kein Ausschank von Speisen oder Getränken. Eigene Getränke und Verpflegung sind mitzubringen. Bei Nutzung von Mehrwegflaschen, diese nach dem Training heiß abwaschen.
- c. Keine Gemeinschaftsaktivitäten vor und nach dem Sportbetrieb.
- d. Türen im Bootshaus sind möglichst offen zu halten, um die Nutzung von Türgriffen zu minimieren.
- e) Alle Räumlichkeiten sind stets so gut wie möglich zu belüften.
- f) Eigene Getränke und Verpflegung sind mitzubringen. Bei Nutzung von Mehrwegflaschen, diese nach dem Training heiß abwaschen.

## **11) Angehörige von Risikogruppen besonders schützen**

- a. Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Freizeitsportangeboten ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich

## **12) Alternativen suchen**

- a. 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.

Duisburg, im April 2020

DEUTSCHER KANU-VERBAND E.V.

Das Präsidium

Weiterführende Informationen: