

# **LSB-Handlungsempfehlungen**

## für die Wiederaufnahme des Vereinssports in Thüringen

in der Fassung vom 13.05.2020

*Hinweis:*

*Die nachfolgenden Hinweise sind ausschließlich als Empfehlungen zu verstehen.  
Die rechtliche Grundlage bildet die Thüringer Corona-Eindämmungsverordnung  
vom 12. Mai 2020.*

Liebe Sportfreund\*innen in den Thüringer Sportvereinen,

die Coronavirus-Pandemie hat das vereinsbasierte Sporttreiben in den letzten Wochen zum Stillstand gebracht. Mit der schrittweisen Aufhebung der Beschränkungen stehen Sie nun vor der besonderen Herausforderung, den Wiedereinstieg in das Training verantwortungsvoll vorzubereiten und zu organisieren. Die folgenden LSB-Handlungsempfehlungen sollen Ihnen dabei als Unterstützung und Orientierungshilfe dienen.

Mit der Thüringer Corona-Eindämmungsverordnung vom 12. Mai 2020 ist der Sport- und Trainingsbetrieb im Breiten-, Gesundheits-, Reha- sowie Leistungssport inkl. der Eliteschulen des Sports auf und in allen privaten und öffentlichen Sport- und Freizeitanlagen unter Berücksichtigung der Abstandsregeln und Hygienevorschriften wieder möglich.


Grundlagen dieser Wiederaufnahme des Vereinssports sind weiterhin:

- die [Zehn Leitplanken des Deutschen Olympischen Sportbundes](#),
- die [Sportartspezifischen Übergangsregeln der Spitzensportverbände](#),
- das [Konzept](#) des Thüringer Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport zur schrittweisen Wiederaufnahme des Sportbetriebes.

Der Landessportbund Thüringen (LSB) hat ergänzend für seine 3.384 Thüringer Sportvereine LSB-Handlungsempfehlungen für die Wiederaufnahme des Vereinssports in Thüringen erarbeitet. Ihnen obliegt es nun, liebe Vereinsvertreter\*innen, diese Handlungsempfehlungen unter Beachtung der **Allgemeinverfügungen der jeweiligen Landkreise und kreisfreien Städte sowie Kommunen** auf Ihre Vereinsstrukturen sowie die Gegebenheiten und Erfordernisse bei Ihnen vor Ort im Sinne eines Infektionsschutzkonzeptes gemäß § 5 der Thüringer Corona-Eindämmungsverordnung anzupassen und zu ergänzen. Bei kommunalen Sportstätten empfehlen wir Ihnen, sich vorab mit den jeweiligen Kommunen in Verbindung zu setzen, um die Notwendigkeit der Erstellung eines Infektionsschutzkonzeptes abzuklären.

Lassen Sie uns gemeinsam eine verantwortungsbewusste Rückkehr zu einem angepassten Vereinssport in Thüringen gestalten. Im Bewusstsein unserer gesellschaftlichen Verantwortung müssen wir das Infektionsrisiko so gering wie möglich halten, um weitere Öffnungsschritte auch im Vereinssport (Sportart-spezifisches Training in Mannschafts- und Kontaktsportarten, Wettkampfbetrieb ohne und mit Zuschauern, Sportbetrieb in Hallenbädern) möglich zu machen.

Bleiben Sie gesund!

  
Prof. Dr. Stefan Hügel  
Präsident

  
Thomas Zirkel  
Hauptgeschäftsführer

*Vorbemerkungen:*

Die Öffnung von Sportanlagen kann erfolgen, wenn die Infektionsschutzregeln nach den §§ 3 bis 5 der Thüringer Corona-Eindämmungsverordnung beachtet werden. Die Einhaltung der Infektionsschutzregeln (§§ 3 und 4) sind in einem schriftlichem Hygiene-, Abstands- und Infektionsschutzkonzept (Infektionsschutzkonzept) gemäß § 5 zu konkretisieren und zu dokumentieren.

Das Infektionsschutzkonzept ist von der verantwortlichen Person oder dem von ihre Beauftragten vorzuhalten und auf Verlangen der zuständigen Behörde vorzulegen.

Der Verein ist verantwortliche Person, wenn er den Sportbetrieb auf oder in einer Sportanlage organisiert und durchführt unabhängig davon, ob der Sportbetrieb auf einer privaten oder kommunalen Sportanlage stattfindet.

Für die Erstellung des Infektionsschutzkonzeptes ist sowohl der Inhaber oder Betreiber der Sportanlage als auch der die Anlage nutzende Verein verantwortlich.

Vereine, die Sportanlagen in eigener Trägerschaft betreiben (Eigentum, Erbbaurecht, Pacht) sind aufgefordert, ein Infektionsschutzkonzept für ihre Sportanlage selbst zu erstellen. Vereine, die kommunale Sportanlagen nutzen, sollten sich mit ihren Kommunen über die Erstellung des Infektionsschutzkonzeptes verständigen.

## Muster Infektionsschutzkonzept

Infektionsschutzkonzept des (Vereinsname)

### 1. Verantwortliche Person

Name, Anschrift des Vereins, soweit nicht die Kommune oder ein privater Betreiber die rechtliche Verantwortung für den Betrieb in der Sportanlage übernimmt; Ansprechpartner für das Infektionsschutzkonzept

### 2. Angaben zur genutzten Raumgröße in Gebäuden

Flächengröße der Sporthalle oder der Übungsräume, Versammlungsräume

### 3. Angaben zur begehbaren Grundstücksfläche unter freiem Himmel

Größe der für das Training genutzten Rasen-, Hartplatz- oder Spielfeldfläche

### 4. Angaben zur raumluftechnischen Ausstattung

Ggf. Angaben zu Lüftungs- oder Klimaanlage in der Sportanlage, Angaben zu Fenstern (an mehreren Seiten = kann gut gelüftet werden)

### 5. Angaben zu folgenden Maßnahmen

- regelmäßigen Be- und Entlüftung,
- Gewährleistung des Mindestabstandes,
- Beschränkung des Publikumsverkehrs,
- Einhaltung der Infektionsschutzregeln nach den §§ 3 und 4 und
- zur Sicherstellung des spezifischen Schutzes von Arbeitnehmern.

Diese Angaben sind in den nachfolgenden Checklisten enthalten. Passen Sie diese Checklisten auf Ihren Verein an und fügen Sie diese dem Muster bei.

## **Vor der Wiederaufnahme des Vereinssports – Checkliste zur Erstellung eines vereinspezifischen Infektionsschutzkonzeptes:**

(für die Punkte 5 bis 9 des § 5 Absatz 3 der Thüringer Corona-Eindämmungsverordnung)

- Vereine, die für ihr Training Sportstätten nutzen, müssen zur Einhaltung von Verhaltens- und Hygieneregeln ein Infektionsschutzkonzept in Verantwortung der gesetzlichen Vereinsvertreter\*innen erstellen.
- Bei vereinseigenen Sportstätten tragen die Vereine für die Einhaltung von Verhaltens- und Hygieneregeln eine doppelte Verantwortung – als Träger und als Nutzer. Bei der Erstellung sollen sie sich mit der Kommune abstimmen.
- Bei Nutzung einer städtischen/ kommunalen Sportstätte ist die Einhaltung von Richtlinien des Trägers gewährleistet. Eine Abstimmung mit dem Träger der Sportstätten hat stattgefunden. Gegebenenfalls wurde eine Verpflichtungserklärung im Sinne eines Infektionsschutzkonzeptes unterschrieben.
- Die Hygiene- und Verhaltensregeln sind den Mitgliedern, Trainer\*innen und Mitarbeiter\*innen kommuniziert sowie in der/den Sportstätte/n per Aushang gut sichtbar angebracht. **(Anlage 1)**
- Die Unterzeichnung der Hygiene- und Verhaltensregeln durch die Mitglieder, Trainer\*innen und Mitarbeiter\*innen wird empfohlen.
- Die zulässige Personenzahl auf/ in der Sportstätte ist abhängig von den örtlichen Gegebenheiten und der zur Verfügung stehenden Fläche definiert. (Richtwert: 20 Quadratmeter pro Person. Genaue Raumgrößenangaben sind erforderlich.)
- Trainingsgruppen sind so zu begrenzen, dass Trainer\*innen im Rahmen ihrer Aufsichtspflicht je nach Altersgruppe und Art der sportlichen Übungen die Einhaltung der Abstandsregeln kontrollieren können.
- Trainingsgruppen klar definiert und werden in ihrer Zusammensetzung nicht gewechselt.
- Anwesenheitslisten für jegliche Trainingseinheiten sind vorbereitet **(Anlage 2)** und werden durch die jeweiligen Trainer\*innen ausgefüllt, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können. Eine Aufbewahrung von vier Wochen durch den Vereinsvorstand wird gewährleistet.
- Ein zeitlich versetzter Trainingsbeginn (mind. 10 Minuten) für verschiedene Trainingsgruppen ist definiert und kommuniziert, um einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Warteschlangen werden vermieden.

- In der Sportanlage sind - wenn möglich - getrennte Ein- und Ausgänge sowie markierte Wegführungen (Einbahnstraßen-System) vorgegeben sowie Maßnahmen zur Einhaltung des Mindestabstandes ergriffen.
- Ausreichend Hand- und Flächendesinfektionsmittel, Flüssigseife mit Spendern und Papierhandtücher stehen zur Verfügung, genauso wie Einweghandschuhe und Mund-Nasen-Schutz für Erste-Hilfe-Maßnahmen.
- Der Gastronomiebereich bleibt geschlossen. Die Ausgabe von Speisen und Getränken ist verboten.
- Bei Vereinen mit Arbeitgeberfunktion sind Maßnahmen zur Sicherstellung des spezifischen Schutzes der Arbeitnehmer im Ergebnis der Gefährdungsbeurteilung nach § 5 Arbeitsschutzgesetz vorgenommen.
- Ein/e Verantwortliche\*r im Sportverein ist benannt, der die Einhaltung der Verhaltens- und Hygieneregeln regelmäßig überprüft. Bei Zuwiderhandlungen können Hausverbote ausgesprochen werden.

## Verhaltensregeln – Checkliste:

### Allgemeine Verhaltensregeln

- Der Mindestabstand von 2 Metern wird beim Betreten und Verlassen der Sportanlage sowie bei allen Trainingsinhalten eingehalten.
- Personen mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung und jeglichen weiteren Erkältungssymptomen dürfen die Sportstätte nicht betreten und nicht am Training teilnehmen.
- Sportler\*innen, die in den beiden Wochen vor einem Training Kontakt zu einer mit dem Virus SARS-CoV-2 infizierten Person oder Reiserückkehrern hatten, dürfen die Sportstätte nicht betreten und nicht am Training teilnehmen.
- Personengruppen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf (Risikogruppen) sind besonders zu schützen. Im Hinblick auf den ärztlich verordneten Rehabilitationssport sind die [Empfehlungen des Deutschen Behindertensportverbandes](#) zu berücksichtigen.

### Verhaltensregeln bei der Nutzung der Sportstätte

- Sportanlagen sind lediglich zu Zwecken des Trainingsbetriebes, der Aus- und Fortbildung, für Arbeitseinsätze oder Vereinsversammlungen zu nutzen. Wettkämpfe und Sportveranstaltungen sind zunächst nicht gestattet. Zusammenkünfte aus Gründen der Geselligkeit sind verboten.
- Die Sportanlage wird nur von Sportler\*innen betreten, Begleitpersonen sind zu vermeiden. Fahrgemeinschaften für den Weg zur Sportstätte sind nicht zulässig.

### Verhaltensregeln beim Training

- Auf Übungen mit Körperkontakt, sportartbezogene Hilfestellungen sowie sportliche Rituale (Abklatschen, Umarmen, etc.) wird verzichtet.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand auf vier bis fünf Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung vergrößert werden.
- Die Sportartspezifischen Übergangsregeln der Spitzensportverbände sind in der Planung der Trainingsinhalte zu berücksichtigen.
- Soweit dies möglich ist, sollte das Training oder Teile des Trainings nach draußen verlagert werden.

## Hygieneregeln – Checkliste:

- Die allgemeinen Hygiene-Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts (RKI) bzw. der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sind einzuhalten.  
**[Anlage 3]**
- Die Verwendung eines Mund-Nase-Schutzes ist für alle Personen (Trainer\*innen, Ehrenamtliche, Beschäftigte) in außersportlichen Bereichen zu empfehlen.
- Die Benutzung von Umkleidebereichen und Duschen ist verboten. Sportler\*innen betreten die Sportanlage bereits in Sportbekleidung und duschen zu Hause.
- Handdesinfektionsmittel wird vor dem Betreten und Verlassen der Sportstätte bereitgestellt und ist durch jede Person zu verwenden.
- Für Sanitäranlagen sind ausreichend Handdesinfektionsmittel, Flüssigseife mit Spendern und Papierhandtücher zur Verfügung zu stellen. Der Abfall muss sofort und in geschlossenen Behältern kontaktfrei entsorgt werden.
- Sporräume dürfen nur dann zum Sporttreiben genutzt werden, wenn ausreichender Luftaustausch über regelmäßiges Lüften möglich ist. (Angaben zur raumluft-technischen Ausstattung und zu den Maßnahmen zur regelmäßigen Be- und Entlüftung sind erforderlich.)
- Soweit möglich, sollte nur mit persönlichen Sportgeräten trainiert werden (Iso-Matte, Kleinsportgeräte).
- Alle weiteren Sportgeräte sind nach der Nutzung gründlich zu desinfizieren.
- Es sind nur personalisierte Getränkeflaschen und Handtücher zu benutzen, die die Sporttreibenden selbst zum Training mitbringen und wieder mitnehmen



### Verhaltens- und Hygieneregeln

#### Allgemeine Verhaltensregeln

- Der Mindestabstand von 2 Metern wird beim Betreten und Verlassen der Sportanlage sowie bei allen Trainingsinhalten eingehalten.
- Personen mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung und jeglichen weiteren Erkältungssymptomen dürfen die Sportstätte nicht betreten und nicht am Training teilnehmen.
- Sportler\*innen, die in den beiden Wochen vor einem Training Kontakt zu einer mit dem Virus SARS-CoV-2 infizierten Person oder Reiserückkehrern hatten, dürfen die Sportstätte nicht betreten und nicht am Training teilnehmen.
- Personengruppen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf (Risikogruppen) sind besonders zu schützen. Im Hinblick auf den ärztlich verordneten Rehabilitationssport sind die Empfehlungen des Deutschen Behindertensportverbandes zu berücksichtigen.

#### Verhaltensregeln bei der Nutzung der Sportstätte

- Sportanlagen sind lediglich zu Zwecken des Trainingsbetriebes, der Aus- und Fortbildung, für Arbeitseinsätze oder Vereinsversammlungen zu nutzen. Wettkämpfe und Sportveranstaltungen sind zunächst nicht gestattet. Zusammenkünfte aus Gründen der Geselligkeit sind verboten.
- Die Sportanlage wird nur von Sportler\*innen betreten, Begleitpersonen sind zu vermeiden. Auf Fahrgemeinschaften für den Weg zur Sportstätte wird verzichtet.

#### Verhaltensregeln beim Training

- Auf Übungen mit Körperkontakt, sportartbezogene Hilfestellungen sowie sportliche Rituale (Abklatschen, Umarmen, etc.) wird verzichtet.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand auf vier bis fünf Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung vergrößert werden.
- Soweit dies möglich ist, sollte das Training oder Teile des Trainings nach draußen verlagert werden.

#### Hygieneregeln

- Die allgemeinen Hygiene-Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts (RKI) bzw. der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sind einzuhalten.
- Die Verwendung eines Mund-Nase-Schutzes ist für alle Personen (Trainer\*innen, Ehrenamtliche, Beschäftigte) in außersportlichen Bereichen zu empfehlen.
- Die Benutzung von Umkleibereichen und Duschen ist verboten. Sportler\*innen betreten die Sportanlage bereits in Sportbekleidung.
- Handdesinfektionsmittel wird vor dem Betreten und Verlassen der Sportstätte bereitgestellt und ist durch jede Person zu verwenden.
- Für Sanitäranlagen stehen ausreichend Handdesinfektionsmittel, Flüssigseife mit Spendern und Papierhandtücher zur Verfügung. Der Abfall wird sofort und in geschlossenen Behältern kontaktfrei entsorgt.
- Sporträume dürfen nur dann zum Sporttreiben genutzt werden, wenn ausreichender Luftaustausch über regelmäßiges Lüften möglich ist.
- Soweit möglich, sollte nur mit persönlichen Sportgeräten trainiert werden (Iso-Matte, Kleinsportgeräte).
- Alle weiteren Sportgeräte sind nach der Nutzung gründlich zu desinfizieren.
- Es sind nur personalisierte Getränkeflaschen und Handtücher zu benutzen, die die Sporttreibenden selbst zum Training mitbringen und wieder mitnehmen.

## Anlage 1 – Muster Aushang Verhaltens- und Hygieneregeln

Datenschutz (Bezeichnungen von Artikeln sind solche der DS-GVO.)

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: [Verein, Adresse, Telefonnummer].....

Datenschutzbeauftragte\*r: (Tel / E-Mail).....

Betroffenenrechte: Auskunft (Art. 15), Berichtigung (Art. 16) Löschung (Art. 17), Einschränkung der Verarbeitung (Art. 18), Datenübertragbarkeit (Art. 20), Widerspruch (Art. 21), Beschwerde (Art. 77), Einwilligungen jederzeit zu widerrufen, ohne Berührung der aufgrund der rechtmäßig erteilten Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung.

**Anlage 2 – Muster Anwesenheitsliste Trainingsteilnehmer\*innen**

**[Vereinsname]**

Abteilung: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Trainer\*innen: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Sonstige Anwesende: \_\_\_\_\_

Name	Vorname	Telefonnummer

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Trainer\*in

Infektionen vorbeugen:

# Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

## 1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen,
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor den Mahlzeiten,
- ▶ nach dem Besuch der Toilette,
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren.



## 3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



## 2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

## 5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Künieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



## 4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase.

## 6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.



## 7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



## 8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

## 9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



## 10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.