



Hygieneregeln während Coronavirus COVID-19 (SGH)

Abbesbüttel, den 31.05.2021

Liebe Sporttreibenden/Trainer/-innen und deren Angehörige,

Sportliche Aktivitäten sind, abhängig von den tagesaktuellen Corona Inzidenzzahlen, wieder möglich. Entscheidend sind die 7-Tage Inzidenzen im Landkreis Gifhorn, siehe auch:

<https://www.gifhorn.de/der-landkreis/presseportal/presseinformationen/>

Sinken die Inzidenzen an 5 aufeinander folgenden Tagen (ohne Sonn- u Feiertage) unter einen der folgenden Inzidenzen, und der LK-GF diese niedrigere Stufe bestätigt hat, gelten die folgenden Regeln:

Inzidenz über 100:

Sind die Inzidenzen in drei aufeinander folgenden Tagen über 100 gilt die Bundesnotbremse.

- Kontaktfreier Sport ist nur mit Personen aus einem Haushalt und **einer Person** aus einem fremden Haushalt möglich. Vollständig genesene und geimpfte Personen werden zahlenmäßig nicht eingerechnet.
 - Gruppen von 5 Kindern unter 14 Jahren dürfen draußen zusammen kontaktlosen Sport betreiben. Trainer brauchen ein aktuelles negatives Corona Testergebnis, max. 24 Std. alt, oder einen Selbsttest, der vom Vorstand bestätigt u dokumentiert wurde.
- Mannschaftssport ist nicht gestattet.
- Achtung Es gilt die Ausgangsbeschränkung zwischen 22:00 bis 05:00 Uhr. Sport ist alleine jedoch noch von 22:00 bis 24:00 Uhr gestattet.

Inzidenz von 50 bis 100:

- Kontaktfreier Sport im Freien ist nur mit Personen aus einem Haushalt und zwei Personen aus einem weiteren Haushalt möglich, zuzüglich Kinder bis 14 Jahre, die nicht mit eingerechnet werden. Vollständig genesene und geimpfte Personen werden zahlenmäßig nicht eingerechnet.
 - Kontaktfreier Sport im Freien unter Erwachsenen ist möglich bei Einhaltung des 2 m Abstandes oder mind. 10m² Fläche pro Person.
 - Jugendliche bis einschließlich 18 Jahren dürfen in festen Gruppen draußen Sport treiben, allerdings ist dabei die Gruppengröße auf maximal **30 Personen** begrenzt.
- Alle Trainer/Betreuer/Erwachsene brauchen ein aktuelles negatives Corona Testergebnis, max. 24 Std. alt, oder einen Selbsttest, der vom Vorstand bestätigt u dokumentiert wurde.

Inzidenz von 35 bis 50:

- Kontaktsport/Mannschaftssport/Freundschaftsspiel ist im Freien und im SGH mit max. 30 Personen jeden Alters zuzüglich betreuender Person möglich. Vollständig genesene und geimpfte Personen werden zahlenmäßig nicht eingerechnet.
- Individualsport ist im Freien und im SGH in beliebig großen Gruppen jeden Alters unter Einhaltung der Hygieneregeln möglich. Für Individualsport unter Erwachsenen ist 2 m Abstand oder mind. 10m² Fläche pro Person einzuhalten.
- Trainer/Betreuer/Erwachsene brauchen ein aktuelles negatives Corona Testergebnis, max. 24 Std. alt, oder einen Selbsttest, der vom Vorstand bestätigt u dokumentiert wurde.

Inzidenz unter 35:

- Sport im Freien und im SGH ist für beliebig große Gruppen unter Einhaltung der Hygieneregeln zulässig. Die Testpflicht für Trainer/Betreuer/Erwachsene entfällt. Auch Freundschaftsspiele mit Hygieneregeln sind möglich.

Folgende Hygieneregeln sind bei der Durchführung von sportlichen Aktivitäten im SGH unbedingt einzuhalten:

- vor Beginn einer sportlichen Aktivität im SGH, bis zu einer Inzidenz von 35, haben alle Sporttreibenden/Trainer einen der folgenden Belege vorzulegen:
 - einen tagesaktuellen negativen Coronatest oder...
 - eine ärztliche Bestätigung, nach einer erfolgreich überstandenen Corona Infektion, die mindestens 28 Tage zurück liegt, und nicht länger als 6 Monate her ist oder...
 - eine Bestätigung über eine vollständige Corona Impfung, die mind. 15 Tage zurück liegt.
- zu jeder Zeit ist ein Mindestabstand von 2 Metern zwischen den Sport treibenden Personen einzuhalten. Ein Mund-/ Nasenschutz muss nicht getragen werden.
- eine möglichst kontaktfreie Durchführung der sportlichen Aktivitäten.
- die Lüftungsanlagen in der Halle bzw. Fenster im Trainingsraum sind während der sportlichen Aktivitäten einzuschalten / zu öffnen um für genügenden Luftaustausch zu sorgen.
- Konsequente Einhaltung von Hygiene und Desinfektionsmaßnahmen. Häufiges Händewaschen hilft bei der Risikoverringerung. Die Toiletten im Flur sind geöffnet, bitte nur mit max. 1 Person nutzen. Dort befindet sich Hände- und Oberflächen-Desinfektionsmittel.
- Die Umkleidekabinen/Duschen bleiben bei Inz. >35 geschlossen. Bitte verlegt den Kleidungswechsel und die Körperpflege auf zu Hause, und bringt Euch genug zu trinken mit.
- keine Warteschlangen beim Betreten u beim Verlassen des SGH. Bei Inz. >35 sind keine Zuschauer erlaubt

Wird der Mindestabstand von 2 m unterschritten ist ein Mund-/Nase Schutz zu tragen.

Wichtig: Die maximal zulässige Anzahl von Personen in den einzelnen Räumen darf zu keiner Zeit überschritten werden (10m² pro Person):

Halle (198m²) → max. 19 Pers. gr. Raum links (80m²) → max. 8 Pers.

- das SGH darf bei Inz. >50 nicht für Spartenversammlungen und für Punkt-/ Freundschaftsspiele genutzt werden. Soziale Veranstaltungen und Feiern sind generell nicht gestattet.
- es ist dafür Sorge zu tragen, dass alle Sporttreibenden einer sportlichen Übungsstunde namentlich festgehalten werden, oder eine Kontakt-App verwendet wird (z.B. Luca-App) um eine Rückverfolgbarkeit sicherzustellen.

Die Listen sind 1 Monat lang aufzuheben, und sind anschließend zu vernichten.

- Auf Angehörige von Risikogruppen ist besonders zu achten.
- Geräteräume werden nur jeweils von einer Personen betreten.
- Werden Geräte / Matten benötigt, möglichst eigene Utensilien zu den Übungsstunden mitbringen. Sollten Geräte aus dem SGH verwendet werden, müssen diese vor und nach der Benutzung mit Oberflächendesinfektionsmittel gereinigt werden.

Generell gilt, dass Risiken in allen Bereichen zu minimieren sind, und dass sich alle Sporttreibenden vor einer Trainings-/Übungsstunde über die aktuellen 7-Tage Inzidenzen zu informieren haben. Der Vorstand versucht diese Hygieneregeln jeweils zeitnah zu aktualisieren, allerdings liegt die Einhaltung aller aktuell gültigen Corona Verordnungen der Landesregierung Niedersachsen und des Landkreises Gifhorn in der Verantwortung eines jeden einzelnen Sporttreibenden. Für eine reibungslose Umsetzung dieser Hygieneregeln sind die jeweiligen ÜL / Spartenleiter/-innen verantwortlich.

Mit sportlichem Gruß und nun viel Spaß beim Sport, bleibt gesund...

Der Vorstand