

## Wichtige Maßnahmen für Eisschnelllauf

Der Gruppenleiter muss dokumentieren, wer Anwesend war und die Daten mit Namen, Anschrift und Telefonnummer uns zur Verfügung stellen, damit bei Bedarf eines COVID-19-Falles eine Rückverfolgung dem Gesundheitsamt ausgehändigt werden kann!

### Schutz- und Hygienemaßnahmen

- ✓ **Bei unspezifischen Krankheitssymptomen und Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen – kein Sport!**
- ✓ Mindestens 1,5 m Abstand halten
- ✓ Regelmäßiges Händewaschen
- ✓ **Athleten sind angehalten Handtücher und Handschuhe mitzunehmen**
- ✓ Maskenpflicht (Mund- und Nasenschutz) – Buff möglich, Visier nur mit MNS erlaubt!
- ✓ Beim Sport Maskenpflicht nicht notwendig
- ✓ In allen Geräteräumen, Umkleiden und Toiletten ist Maskenpflicht
- ✓ **Die Kontaktflächen der Sportgeräte, Umkleiden und Toiletten nach Gebrauch reinigen**
- ✓ Duschen nicht nutzen

### Regeln für den Eisschnelllauf

- ✓ Abstand halten
- ✓ Kurse mit festem Teilnehmerkreis
- ✓ **Körperkontakt nur dann, wenn es bei Kontaktsportarten erforderlich ist!**
- ✓ Hygieneregeln einhalten
- ✓ Zutritt zur Arena zu einem festgelegten Zeitfenster
- ✓ Max. **90** Minuten Training
- ✓ Leitsystem bei Zutritt und Verlassen der Arena, sowie zum Training einhalten
- ✓ Nach dem Training zügiges Verlassen der Arena
- ✓ Regelmäßiges Lüften von geschlossenen Räumen
- ✓ Keine Zuschauer
  
- ✓ **Den Anweisungen des Personals ist Folge zu leisten. Bei Zuwiderhandlungen der o.g. Regelungen kann es bis zum Entzug der Eintrittsberechtigung, oder bis zum Stadionverbot der gesamten Gruppe kommen**

## Spezielle Maßnahmen

### Trainingsbetrieb

- Für jede Trainingsgruppe ist zwingend erforderlich eine Anwesenheitsliste zu führen, die nach Aufforderung der Verwaltung zeitnah übermittelt werden kann (Eltern die beim Anziehen helfen – bitte mitanführen)
- Zugang zur Arena und Kabine nur geordnet und in festen Trainingsgruppen zu einem vereinbarten Zeitraum. Eine Gruppe sind 10 Athleten mit einem oder mehrere Trainer – maximal 60 Athleten auf Eisschnelllaufbahn
- Für Athleten die ihr Aufwärmprogramm auf der Rolle mit dem Rad durchführen, wird ein eigener Bereich in der Arena zur Verfügung gestellt (4 m<sup>2</sup> pro Athleten)
- Nach dem Umziehen geschlossen auf die Eisschnelllaufbahn dem Leitsystem folgend
- Maskenpflicht auch auf der Aufwärbahn Eisschnelllauf!
- Nach dem Training wieder geschlossen Richtung Kabine
- Das Verlassen der Arena gemeinsam zur Treppe bei den WC-Anlagen dem Leitsystem folgend ins Freie
- Zuschauer nicht erlaubt!

### Wettkampfbetrieb

- Der Zutritt zur Arena muss zu einem festgelegten Zeitraum erfolgen
- Das Aufwärmprogramm muss im Freien stattfinden, ausgenommen im persönlichen Aufwärbereich
- Teilnehmer sind für ihre Armschleifen selbst verantwortlich – Kauf bei der Kasse möglich!
- max. 50 Teilnehmer auf dem Eis
- die Beschränkung der aktuellen Teilnehmer zur Erwärmung auf dem Eis, wird durch die Transponderausgabe geregelt. Faustregel: 20 min. vor dem Start wird dem Teilnehmer der Transponder ausgehändigt!
- Kein Ausfahren auf dem Eis!
- nach Beendigung des Wettkampfes ist die Arena so rasch als möglich zu verlassen
- Zuschauer nicht erlaubt!
- Raucherbereich ist außerhalb der Arena und kann über den Ausgang in Sektor A1 erreicht werden
- Unter Vorbehalt ist für auswertige Athleten das Duschen nicht erlaubt

## Important measures for speed skating

The group leader must document who was present and provide us with the data with name, address and telephone number so that if a COVID-19 case is required, a trace can be handed over to the health department!

### Protective and hygiene measures

- ✓ **In the event of unspecific symptoms of illness and contact with COVID-19 cases in the last 14 days - no sport!**
- ✓ Keep a distance of at least 1.5 m
- ✓ Regular hand washing
- ✓ **Athletes are advised to bring towels and gloves with them**
- ✓ Mask compulsory (mouth and nose protection) - Buff possible, visor only allowed with MNS!
- ✓ It is not necessary to wear a mask when doing sports
- ✓ It is compulsory to wear a mask in all equipment rooms, changing rooms and toilets
- ✓ **Clean the contact surfaces of sports equipment, changing rooms and toilets after use**
- ✓ Do not use showers

### Rules for speed skating

- ✓ Keep your distance
- ✓ Courses with a fixed group of participants
- ✓ **Body contact only if it is necessary for contact sports!**
- ✓ Comply with hygiene rules
- ✓ Access to the arena at a specified time slot
- ✓ Max. **90** minutes of training
- ✓ Adhere to the control system when entering and leaving the arena and during training
- ✓ Leave the arena quickly after training
- ✓ Regular ventilation of closed rooms
- ✓ No spectators!
  
- ✓ **The instructions of the staff must be followed. In the event of violations of the above Regulations can result in the withdrawal of entry authorization or the stadium ban for the entire group**

## **Special measures**

### Training operation

- It is imperative to keep an attendance list for each training group, which can be sent promptly upon request of the administration (parents who help to get dressed - please include)
- Access to the arena and cabin is only organized and in fixed training groups at an agreed time. A group consists of 10 athletes with one or more coaches - a maximum of 60 athletes on a speed skating rink
- For athletes who carry out their warm-up program on the bike, a separate area is made available in the arena (4 m<sup>2</sup> per athlete)
- After changing clothes, directly to the speed skating rink following the guidance system
- Mask compulsory also on the speed skating warm-up track!
- After the training in fixed group again towards the cabin
- Leaving the arena together to the stairs by the toilet facilities following the guidance system into the open
- Spectators not allowed!  
Parents allowed in the "Speed Skating Stand" spectator area in the A3 to A5 area!

### Competition operation

- Access to the arena must take place at a specified time
- The warm-up program must take place outdoors, except in the personal warm-up area
- Participants are responsible for their arm bows - they can be bought at the cash register!
- Max. 50 participants on the ice
- The restriction of the current participants to warm up on the ice is regulated by the transponder issue. Rule of thumb: 20 min. The transponder will be given to the participant before the start!
- No cool-down out on the ice!
- Leave the arena as soon as possible after the end of the competition
- Spectators not allowed!
- The smoking area is outside the arena and can be reached via the exit in sector A1
- With reservation, showering is not allowed for athletes of good quality