



Wichtige Maßnahmen

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

Ab einem Inzidenzwert von 35: Anwendung der 3G-Regel

- ✓ Vor Betreten der Sportanlage von Gruppen wird durch eine beauftragte Person (Betreuer / Trainer) sichergestellt, dass nur Personen die Sportanlage mit negativem Testergebnis betreten.
- ✓ Grundsätzlich kann Personen der Einlass gewährt werden wenn ein negativer PCR-Test in einem Testzentrum wie z.B. [Traunstein](#) (48 h gültig) oder ein negativer Schnelltest in [Stationen](#) oder [Apotheken](#) oder ein negativer Selbsttest vor Ort unter Aufsicht (24 h gültig) vorliegt.
- ✓ geimpfte Personen sind von der Testpflicht ausgenommen, müssen ihren Impfnachweis auf Nachfrage jedoch dem Personal präsentieren.
- ✓ falls bei Personen die Genesung an SARS-COV-2 nicht länger als 6 Monate zurückliegt, kann die Testpflicht entfallen. Ein Nachweis muss auf Nachfrage erbracht werden können.

Schutz- und Hygienemaßnahmen

- ✓ **Bei Krankheitssymptomen und Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen – Zutritt untersagt und kein Training!**
- ✓ Mindestens **1,5 m Abstand** halten (keine Begrüßung, Verabschiedung, etc.).
- ✓ **FFP2-Maskenpflicht** (Mund- und Nasenschutz)!
- ✓ In allen Geräte-, Umkleieräumen und Toiletten ist FFP2-Maskenpflicht!
- ✓ Beim Sport Maskenpflicht nicht notwendig.
- ✓ **Regelmäßiges Händewaschen** mit Seife oder Desinfektionsmittel.
- ✓ Athleten sind angehalten **Handtücher** mitzunehmen und **Handschuhe** zu tragen.
- ✓ **Die Kontaktflächen der Sportgeräte und Toiletten nach Gebrauch reinigen!**
- ✓ Nutzung Umkleiden möglich – Duschen nicht erlaubt! => kleiner Kraftraum.

Regeln für die Krafträume

- ✓ Abstand halten.
- ✓ Kurse mit **festem Teilnehmerkreis**.
- ✓ Max. **12** Personen großer Kraftraum und **5** Personen kleiner Kraftraum (mit 2/3 Halle max. **12** Personen).
- ✓ **Körperkontakt nur dann, wenn es bei Kontaktsportarten erforderlich ist!**
- ✓ Hygieneregeln einhalten
- ✓ Max. **90** Minuten Training

SPEZIELLE MASSNAHMEN

KRAFTRÄUME



- ✓ Regelmäßiges Lüften des Kraftraums bei Vollausslastung (bis **12** Personen).
- ✓ Regelmäßiges Lüften von geschlossenen Räumen.
- ✓ Keine Zuschauer (Eltern nicht erlaubt!).

- ✓ **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**



Detaillierte Maßnahmen

Nutzung Großer Kraftraum (Verwaltungsgebäude)

- Zutritt zum Kraftraum über Haupteingang oder Seitentür
- Austritt über Kraftraum Seitentür
- Regelmäßiges Lüften mind. nach **60** min.
- Nutzung max. **12** Personen
- Reinigen der benutzten Geräte und WC's wird durch Athleten durchgeführt.

Nutzung Kleiner Kraftraum (Sporthalle)

- Zutritt von außen über hintere Eingangstüre oder über Haupteingang Umkleide 2 immer mit FFP2-Maske.
- bei Nutzung die Eingangstüre für fortwährend Frischluft ständig geöffnet halten.
- Nutzung WC über Haupteingang immer mit FFP2-Maske.
- Maximal **5** Personen

- bei zusätzlicher Nutzung der 2/3 Halle für max. **12** Personen möglich.
- **bei Nutzung das Garagentor in der Halle und die hintere Eingangstür ständig geöffnet halten, damit fortwährend Frischluft gewährleistet ist.**
- Nutzung WC für 2/3 Halle unten Umkleide 2 immer mit FFP2-Maske.

Räumliche Absonderungen in Sporthalle

- Sollten Personen Symptome entwickeln, wie z. B. Fieber oder Atemwegsbeschwerde, dann
 - umgehend Sportanlage verlassen oder
 - bei Kindern in Absonderung (Regieraum bei 2/3 Halle Glasfront) bis sie von ihren Eltern abgeholt werden können.

Important measures

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!

In case of an incidence of 35 or higher: „3G-rule“ (tested, vaccinated or recovered)

- ✓ Before entering the venue an authorized person (team leader / coach) needs to make sure that every team member did a negative COVID-19 test beforehand.
- ✓ In general people can enter the venue with a negative PCR-test (no older than 48h), taken at a test centre, such as in [Traunstein](#), a negative Antigen rapid test, taken at a [station](#) or a [pharmacy](#) or a negative self-test, taken under supervision on site (no older than 24h).
- ✓ People, who are fully vaccinated don't need to test. However, they need to be able to present their vaccination certificate upon request.
- ✓ People, who were infected with SARS-COV-2 no longer than 6 months ago, don't need to test. However, they need to be able to present their positive test result or another certificate, confirming their previous infection.

Protective and hygiene measures

- ✓ **In the event of symptoms of illness and contact with COVID-19 cases in the last 14 days – entry is not allowed and no training!**
- ✓ Keep a **distance** of at least **1.5 m** (no greeting, farewell, etc.).
- ✓ **FFP2-Mask** compulsory (mouth and nose protection)!
- ✓ It is compulsory to wear a FFP2-Mask in all equipment rooms, changing rooms and toilets
- ✓ It is not necessary to wear a mask when doing sports
- ✓ **Regular hand washing** with soap or disinfectant
- ✓ Athletes are advised to bring **towels** and **gloves** with them
- ✓ **Clean the contact surfaces of sports equipment, changing rooms and toilets after use**
- ✓ Use of changing rooms possible – showering isn't allowed!

Rules for the usage of the weight room

- ✓ Keep your distance
- ✓ Courses with a fixed group of participants
- ✓ Max. **12** people big weight room and **5** people small weight room (with 2/3 of the gym max. **12** people)
- ✓ **Body contact only if it is necessary for contact sports!**
- ✓ Comply with hygiene rules
- ✓ Max. **90** minutes of training
- ✓ Regular ventilation of the gym at full capacity (from **12** people).

SPEZIELLE MASSNAHMEN

KRAFTRÄUME



- ✓ Regular ventilation of closed rooms
- ✓ No spectators (parents are not allowed!)

- ✓ **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**



Detailed measures

Use of the big weight room (administration building)

- Access to the weight room via the main entrance or side door
- Exit through the weight room side door
- Regular ventilation at least after **60** minutes.
- Use of a maximum of **12** people
- Clean the contact surfaces of sport equipment and toilets after use.

Use of the small weight room (sports hall)

- Access from outside via the rear entrance door or via the main entrance, changing room 2 always with FFP2 mask.
- Keep the entrance door open for constant fresh air when in use.
- Use of the toilet via the main entrance always with an FFP2 mask.
- Maximum of **5** people

- Possible with additional use of the 2/3 hall for a maximum of **12** people.
- **Always keep the garage door into the hall and the rear entrance door open when using, that fresh air is always guaranteed.**
- Use of the toilet for 2/3 of the hall downstairs, changing room 2, always with an FFP2 mask.

Spatial segregation in sports hall

- Should people develop symptoms such as fever or respiratory complaint, then
 - o leave the sports facility immediately or
 - o For children in isolation (control room at 2/3 hall glass front) until they can be picked up by their parents