

Empfehlungen des Sächsischer Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes e. V. zur Wiederaufnahme des Rehabilitations- und Behindertensports in Sachsen

Stand Oktober 2020

Die Maßnahmen zum Infektionsschutz müssen oberste Priorität haben. Maßgeblich sind die Vorgaben der lokalen Gesundheitsämter bzw. regionalen Behörden. Die folgende Empfehlung ist keine individuelle rechtliche Beratung. Aufgrund der nach wie vor dynamischen Situation sind diese Informationen nicht abschließend und können sich regelmäßig ändern. Diesbezüglich bitten wir um Verständnis und darum, dass sich alle fortlaufend bei den entsprechenden Stellen informieren.

Grundlagen

Die folgenden Empfehlungen basieren auf der [Verordnung](#) des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales und Gesellschaftlichen Zusammenhalt zum Schutz vor dem Coronavirus SARS-CoV-2 und COVID-19 vom 21. Oktober 2020, der [Allgemeinverfügung zum Vollzug des Infektionsschutzgesetzes](#) des Staatsministeriums für Soziales und Gesellschaftlichen Zusammenhalt vom 21. Oktober 2020, den [Leitplanken](#) zur Wiederaufnahme des vereinsbasierten Sporttreibens und den [Zusatz-Leitplanken](#) zum Hallensport des DOSB, den [Empfehlungen zur Wiederaufnahme](#) des DBS sowie den Empfehlungen des LSB Sachsen. Vorgaben durch die lokalen Behörden oder Eigentümer der Sportstätten müssen zudem beachtet werden und sind hier nicht abgebildet.

Die regulären Vorgaben im ärztlich verordneten Rehasport haben darüber hinaus Bestand.

Risikoanalyse und Information

In allen Gruppen und mit allen Teilnehmern wird vor Beginn der Wiederaufnahme und sich änderndem Infektionsgeschehen eine Risikoanalyse durchgeführt. Dazu gehört, dass das individuelle Risiko der Teilnehmer*innen von den Teilnehmer*innen selbst und den Übungsleiter*innen sowie ggf. durch Hinzuziehung des*der betreuenden Arztes*Ärztin analysiert wird. Danach wird entschieden, welche Gruppen und auch welche Teilnehmer*innen aus den Gruppen am Sport teilnehmen können, wer noch nicht teilnehmen sollte und welche Gruppengröße angemessen ist. Auch die Auswahl des Ortes (im Freien, in geschlossenen Räumen, ggf. Tele-Rehasport) ist davon abhängig. Grundsätzlich ist der Sport im Freien dem Sport in geschlossenen Räumen vorzuziehen. Es gelten dabei die gleichen Empfehlungen zum Mindestabstand und zur Hygiene.

Zudem wird von jedem*r Teilnehmer*in eine Einverständniserklärung mit Risikobeschreibung, Hinweisen zu Restrisiko und Weisungsbefugnis der*des Übungsleiters*in eingeholt und alle Übungsleiter*innen erhalten ein Infoblatt zum SARS-CoV-2-Virus. Alle Übungsleiter*innen und Teilnehmer*innen werden vor Beginn des Betriebes über die Risiken und Eigenschaften des SARS-CoV-2-Virus sowie über allgemeine Hygieneregeln (Niesetikette, Gesichtskontakt, Händewaschen, Mindestabstand) und über die speziellen Regeln der Sportstätte informiert.

Auf Hinweisschildern oder Aushängen in der Sportstätte sollten die wichtigsten Hygieneregeln, entsprechend des Hygienekonzeptes der Sportstätte, leicht verständlich und übersichtlich dargestellt werden.

Im Folgenden sind Unterlagen für die Umsetzung hinterlegt:

[Checkliste Risikobewertung](#)

[Einverständniserklärung Teilnehmer*in](#) [Infoblatt für Übungsleiter*innen](#) [Infektionsschutz](#)

Zugang zur Sportstätte

Die Sportstätten sollten nicht oder nur eingeschränkt für den Publikumsverkehr geöffnet werden. Gruppen, die sich vor Beginn des Trainings vor der Sportstätte sammeln, müssen dabei den Mindestabstand einhalten.

Auch in nicht zertifizierten Reha- und Behindertensportgruppen sollten Teilnehmerlisten geführt werden, die spätestens in Verbindung mit den Mitgliedsdaten eine schnelle Kontaktaufnahme ermöglicht um ggf. Infektionsketten nachvollziehen zu können. Alle Unterschriften sind mit eigenem Stift zu leisten.

Bei Vorliegen von Symptomen wie z.B. Husten, Fieber, Schnupfen, Störung des Geruchs- und/oder Geschmackssinns und/oder grippeähnlichen Symptomen darf die die Sportstätte nicht betreten und an dem Gruppentraining nicht teilgenommen werden. Gleiches gilt für Personen die in Verdacht stehen an Covid 19 erkrankt zu sein oder binnen der vergangenen 14 Tage in direktem Kontakt mit Covid 19 Erkrankten standen.

Reinigung

Flächen wie Türklinken oder Wasserhähne, die von vielen Personen in kurzer Zeit genutzt werden, müssen regelmäßig desinfiziert werden. Alle Übungsräume und Sanitäreinrichtungen sind regelmäßig fachgerecht zu reinigen.

Mindestabstand

Es werden nur Gruppen durchgeführt, bei denen die Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5m gewährleistet werden kann. Gruppengrößen sind dementsprechend festzulegen. Der Mindestabstand ist in allen Bereichen der Sportstätte, auch in den Umkleidebereichen, Sanitärbereichen sowie den Zugängen und ggf. Empfangsbereichen einzuhalten.

Mund-Nasen-Bedeckungen

Personal in Empfangsbereichen sollte Mund-Nasen-Bedeckungen tragen insofern keine anderen Schutzvorkehrungen getroffen sind. Übungsleiter*innen sollten nach Möglichkeit während der gesamten Zeit in der Übungsstätte oder zumindest während der Gruppenwechselphasen eine Mund-Nasen-Bedeckungen tragen. Teilnehmer*innen sollten während der Gruppenwechselphasen eine Mund-Nasen-Bedeckung tragen. Während der Trainingszeit ist das wiederholte Auf- und Absetzen der Mund-Nasen-Bedeckungen zu unterlassen, da dadurch eine höhere Infektionsgefahr entsteht.

Ein- und Ausgang

Der reguläre Ablauf des Zugangs und des Verlassens der Sportstätte für Teilnehmer*innen ist den lokalen und spezifischen Gegebenheiten anzupassen. Dazu gehören Maßnahmen zur Einhaltung des Mindestabstandes. Es ist ausreichend Zeit zwischen den einzelnen Gruppen einzuplanen, um Begegnungen der Teilnehmer*innen, besonders in Engstellen der Sportstätte zu vermeiden. Nach Möglichkeit sollen unterschiedliche Ein- und Ausgänge genutzt und "Einbahnstraßenregelungen" für die Laufrichtungen eingerichtet werden oder Zutritt und Verlassen der Sportstätte von aufeinanderfolgenden Gruppen zeitlich getrennt werden.

Alle Übungsleiter*innen und Teilnehmer*innen waschen oder desinfizieren sich direkt nach Betreten und vor Verlassen der Sportstätte die Hände. Dabei ist der Abstand von 1,5m einzuhalten.

Umkleide und Sanitärbereich

Für die Nutzung von Umkleide- und Sanitärbereichen müssen Maßnahmen wie Bodenmarkierungen und Zugangsbeschränkungen zum Einsatz kommen, die den Mindestabstand ermöglichen. Die Möglichkeit bereits in Sportkleidung zu kommen, ohne dass die Nutzung einer Umkleide nötig ist, sollte geprüft werden.

Die Sanitärbereiche sind jeweils mit Flüssigseife, bestenfalls Desinfektionsmittel und zum Abtrocknen mit Einmalhandtüchern ausgestattet. Die Nutzung von elektrischen Handtrocknern sollte vermieden werden.

Lüftungspläne

Durch regelmäßiges und intensives Lüften ist ein kontinuierlicher Luftaustausch in allen geschlossenen Räumen der Sportstätte zu gewährleisten. In den Trainingsräumen sollten insbesondere die Pausen zwischen Trainingsgruppen dazu genutzt werden bzw. zusätzliche Pausen während der Einheiten eingeführt werden. Nach Möglichkeit und in Abwägung der Witterungsbedingungen und der Situation der Teilnehmer*innen sollte auch während des Trainingsbetriebs gelüftet werden.

Training

Die Anzahl der Teilnehmer*innen je Gruppe wird durch den Mindestabstand und die Risikoanalyse eingeschränkt. Teilnehmer*innen dürfen den Übungsraum nur in Anwesenheit der*des Übungsleiters*in betreten. Für die Nutzung des Trainingsraumes müssen Maßnahmen wie Bodenmarkierungen und Zugangsbeschränkungen zum Einsatz kommen, die den Mindestabstand ermöglichen.

Zu verwendende Materialien werden vor jeder Übungsstunde desinfiziert. Materialien werden entsprechend der Wirksamkeit der Reinigungsmöglichkeiten ausgewählt. Bestenfalls werden eigene Materialien und Alltagsgegenstände der Teilnehmer*innen (z.B. Matte, Handtuch, Trinkflaschen, Getränketetrapacks) als Unterlage und Gewichtsstücke genutzt. Zu Beginn jeder Übungsstunde erläutert der*die Übungsleiter*in die Abstands- und Hygieneregeln und befragt die Teilnehmer*innen zu ihrem Gesundheitszustand. Bei Vorliegen von Symptomen wie z.B. Husten, Fieber, Schnupfen, Störung des Geruchs- und/oder Geschmackssinns und/oder grippeähnlichen Symptomen darf an dem Gruppentraining nicht teilgenommen werden und die Sportstätte muss verlassen werden. Gleiches gilt für Personen die in Verdacht stehen an Covid 19 erkrankt zu sein oder binnen der vergangenen 14 Tage in direktem Kontakt mit Covid 19 Erkrankten standen. Übungsleiter*innen müssen beurteilen, ob alle Teilnehmer*innen, insbesondere auch Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung oder psychischer Erkrankung, die Regelungen verstanden haben und umsetzen können. Ggf. müssen diese erneut erklärt werden oder die Bedingungen für die Teilnahme angepasst werden. Der*Die Übungsleiter*in hat fortwährend auf die Einhaltung der Hygieneregeln zu achten. Es erfolgen keine Partnerübungen mit körperlichem Kontakt sowie taktile Korrekturen. Bei Übungen, die zu einer erheblichen Beschleunigung der Atmung führen (Aerosolbildung) muss unbedingt auf die Anpassungen der Lüftungsbedingungen geachtet werden.