



KSC Motor Jena e.V.

Infektionsschutzkonzept

Infektionsschutzkonzept des KSC Motor Jena e.V.

Auf Basis der der folgenden Thüringer Verordnung zu erforderlichen Maßnahmen zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2:

- Thüringer Verordnung zur Regelung infektionsschutzrechtlicher Maßnahmen und schrittweisen weiteren Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 vom 30.6.2021 (Thüringer SARS-CoV-2-Infektionsschutz-Maßnahmenverordnung -ThürSARS-CoV-2-IfS-MaßnVO-) im weiteren Grundverordnung
- Thüringer Verordnung über die Infektionsschutzregeln zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 in Kindertageseinrichtungen, der weiteren Jugendhilfe, Schulen und für den Sportbetrieb vom 3.9.2021 (ThürSARS-CoV-2-KiJuSSp-VO) im weiteren Sportverordnung

Verantwortliche Person

KSC Motor Jena e.V., Wöllnitzer Straße 42b, 07749 Jena

Die Rahmenbedingungen für den Infektionsschutz in den genutzten Sportanlagen werden durch die jeweiligen Betreiber (Sportgymnasium Jena, KIJ) vorgegeben. Der KSC Motor Jena übernimmt diese Vorgaben und achtet im Rahmen seines Trainingsbetriebes auf deren Einhaltung.

Verantwortlich für das Infektionsschutzkonzept:

Matthias Wächter (1. Vorsitzender)

Telefon 0171-3024701

Angaben zur genutzten Raumgröße in Gebäuden

Ringerhalle des Sportgymnasiums Jena (gesamte Hallenfläche ca. 860 m², genutzte Mattenfläche ca. 400 m² - 23 m x 18 m, genutzter Krafraum ca. 100 m² - 6 m x 17 m)

- Nachwuchstraining Ringen (Ansprechpartner: Kay Taubert, 0179-2407821):
Mi + Fr. 16:30 – 17:50 Uhr
- Vereinstraining Ringer (Ansprechpartner: Uwe Böhm, 0176-20760711)
Mi. + Fr. 18:00 – 19:20 Uhr
- Knautscher / Alte Athleten (Ansprechpartner: Matthias Wächter, 0171-3024701)
Mi 19:30 - 21:00 Uhr
- Aikido (Ansprechpartnerin: Henrike Schmidt, 0173-6853440):
Mi. + Fr. 19:30 – 21:00 Uhr
- Krabbelgruppe (Ansprechpartner: Dominik Waag, 0173-5700397)
Sa. 10:00 – 11:00 Uhr

Krafraum Sportkomplex Sportforum (KIJ, ca. 140 m²)

- Frauenfitness (Ansprechpartnerin: Helga Baier, 03641-211654):
Di. 19:00 – 20:30 Uhr

Die genutzten Sporthallen besitzen Umwälzlüftung, verfügen über Lüftungsfenster sowie Außentüren; Siehe Hallenordnung bzw. Betreiberkonzept - regelmäßiges Lüften- durch Öffnung der Fenster und Außentüren ist gegeben. Je nach Witterungsbedingungen können die Außentüren geöffnet werden/bleiben.

Angaben zur begehbaren Grundstücksfläche unter freiem Himmel

Kunstrasenplatz Ernst-Abbe-Sportfeld (KIJ)

- Freizeitfußball (Ansprechpartner: Uwe Seliger, 0171-5593024),
Sommersaison, Fr. 19:00 – 20:30 Uhr

Rasenplatz „Jahnwiesen“ innerhalb des Geländes des Ernst-Abbe-Sportfeldes (KIJ)

- Freizeitfußball für Aktive und Knautscher (Ansprechpartner: Uwe Böhm, 0176-20760711)
- Mi. 19:00 - 20:00 Uhr

Anderweitiges Training im Außen- bzw. öffentlichen Bereich wird nur als Individualtraining absolviert.

Konzeptregeln

Folgende weitere Maßnahmen zur Einhaltung der Infektionsschutzregeln (§§ 1 und 3 der Grundverordnung) sowie der Bestimmung der Sportverordnung sind getroffen. Die Festlegung der jeweiligen Stufe erfolgt durch das Frühwarnsystem des Thüringer Corona-Eindämmungserlasses. Die aktuell gültige Stufe kann unter <https://www.tmasgff.de/fruehwarnsystem> eingesehen werden.

Allgemeine Regeln

1. Die Hygiene- und Verhaltensregeln sind den Mitgliedern, Trainer*innen und Helfer*innen kommuniziert sowie in der/die Sportstätte/n per Aushang gut sichtbar angebracht. (Anlage 1). Insbesondere muss das Abstandsgebot von 1,5 m abgesichert sein.
2. Das Infektionsschutzkonzept wird an einer gut-sichtbaren Stelle ausgehängt.
3. Die Wiederaufnahme des Ringkampfspezifischen Trainings ist nur möglich, wenn der „Fragebogen für Trainingsteilnehmer/innen im Verein“ des DRB (<https://www.ringen.de/wp-content/uploads/2020/05/Fragebogen-f%C3%BCr-Vereine.pdf>) dem Trainer*in vom jeweiligen Teilnehmer ausgefüllt und unterschrieben zur Prüfung übergeben wird und ohne Befund ist.
4. Anwesenheitslisten für Trainingseinheiten in geschlossenen Räumen 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. Für Trainingseinheiten außerhalb geschlossener Räume ist eine Kontaktnachverfolgung nicht zu gewährleisten.
5. Ein zeitlich versetzter Trainingsbeginn (mind. 10 Minuten) für verschiedene Trainingsgruppen ist definiert und kommuniziert, um einen möglichst kontaktlosen Gruppenwechsel zu gewährleisten.
6. Vor jeder Trainingseinheit wird der Gesundheitszustand abgefragt, Personen mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung - bzw. grippeähnliche Symptome / Anzeichen haben die Halle zu verlassen und medizinischen Rat einzuholen. Alle anwesenden Personen werden nochmals auf die Verhaltensregeln informiert.
7. In der Halle ist ein Mund- und Nasenschutz zu tragen. Während des Trainings kann dieser abgenommen werden.
8. Ausreichend Hand- und Flächendesinfektionsmittel, genauso wie Einweghandschuhe und Mund-Nasen-Schutz für Erste-Hilfe-Maßnahmen werden durch den Verein bereitgestellt.
9. Das Infektionsschutzkonzept wurde den verantwortlichen Trainer*innen/Übungsleiter*innen zur Kenntnis gegeben und sie wurden über die Verpflichtung zur Einhaltung belehrt.
10. Die Trainingskonzepte werden so ausgeführt, dass der Mindestabstand gewährleistet eingehalten wird solange nicht sportartspezifische Übungen dies verhindern. Dies bedeutet für die Trainingsgruppen in der Ringerhalle des Sportgymnasiums, dass die Teilnehmer*innen jeweils für sie einzeln nutzbare Kraftgeräte und Stationen nutzen. Ein Training vom max. 18 Personen auf der Mattenfläche pro Zeiteinheit zuzüglich 2 Trainer*in/Betreuer*in und max. 8 Personen im Krafraumbereich zuzüglich 1 Trainer*in gewährleistet den jeweiligen Mindestabstand. Für den Krafraum im Sportkomplex sind max. 6 Teilnehmer*innen und eine Übungsleiter*in zulässig. (Anpassung je nach bestehenden bez. gültigen Verordnungen möglich)
11. Umkleide- bzw. gemeinsame Duschräume sind unter Einhaltung der Abstands- und allgemeinen Hygieneschutzregeln benutzbar. Sollte keine Einhaltung der Abstandsregeln möglich sein, sind die Umkleide- bzw. Duschräume einzeln zu betreten.
12. Personen (z.B. Eltern) die nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen, können dem Training beiwohnen, wenn der verantwortliche Übungsleiter dem zustimmt. Das Tragen eines Mund-Nase-Schutzes ist für diese Personen beim Training in geschlossenen Räumen über die gesamte Trainingszeit hinweg notwendig.

13. Wenn für die aktuell gültige Warnstufe die Einhaltung der 3G-Regel notwendig ist, kann der Nachweis des negativen Testergebnisses per Selbsttest vor Ort in der Sportstätte unter Beobachtung Übungsleiters oder per Vorlage eines offiziellen Antigen-Schnelltests (24 Stunden gültig) bzw. PCR-Tests (48 Stunden gültig) erfolgen. Keine Testpflicht besteht generell für Geimpfte bzw. Genesene (Vorlage Bescheinigung), asymptomatische Kinder bis zur Vollendung des sechsten Lebensjahres und alle noch nicht eingeschulten Kinder sowie asymptomatische Schülerinnen und Schüler, wenn sie den Nachweis der Teilnahme an einer regelmäßigen Testung im Rahmen eines verbindlichen Testkonzepts erbringen.

Basisstufe

Es ist kein Nachweis eines negativen Testergebnis auf das Vorliegen einer Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV2 notwendig

Warnstufe 1

Für das Training in geschlossenen Räumen gelten für alle Beteiligten die 3G-Regel.

Warnstufe 2

Für das Training in geschlossenen Räumen und bei Trainingsinhalten mit Körperkontakt im Außenbereich gelten für alle Beteiligten die 3G-Regel.

Warnstufe 3

Für den gesamten Trainingsbetrieb gelten für alle Beteiligten die 3G-Regel.

Jena, 3.10.2021

Hygienekonzept für den Wiedereinstieg ins ringkampfspezifische Training

Der Wiedereinstieg erfolgt nach dem Konzept des Deutschen Ringerbundes. Siehe hierfür das Konzept von 30.04.2020 „Übergangsregeln DRB“ insbesondere Pkt. 4 und 5:

https://www.ringen.de/wp-content/uploads/2020/05/uebergangsregeln_DRB_30042020.pdf

Im Folgenden sind die ergänzenden bzw. geänderten Punkte der Konzeptregeln aufgeführt, die dem Kapitel „4. Ringkampfspezifisches Training in Kleinsttrainingsgruppen (unter Aufsicht)“ der „Übergangsregeln des DRB“ entnommen wurden.

Eine eigenständige Ausübung der Sportart ist ohne Anleitung durch die Trainer in einer Zweikampfsportart grundsätzlich nicht zu empfehlen. Der „Direktkontakt“ der Trainingspartner in den Zweikampfsportarten ist eine wesentliche Voraussetzung für das ringkampfspezifische Training. Das ringkampfspezifische Training in Kleinsttrainingsgruppen unter Anleitung der Trainer sowie Berücksichtigung der Kontaktbeschränkungen und Hygienevorschriften in den Vereinen kann nur dann erfolgen, wenn die Beschränkungsvorschriften durch die Bundesregierung gelockert werden. Folgende Voraussetzungen sowie Schutz- und Vorsorgemaßnahmen erachten wir für den Vereinssport bei der Wiederaufnahme des ringkampfspezifischen Trainings als notwendig.

- Ringkampfspezifisches Training auf der Matte, welches unter Aufsicht eines Übungsleiters/Trainers aus den Vereinen, in Abstimmung mit den Trainingsangeboten der Landesfachverbände und des Spitzenverbandes durchgeführt wird.
- Die freiwillige Teilnahme der Athleten und Betreuer am Trainingsbetrieb.
- Die Teilnahme am speziellen Training kann nur erfolgen, wenn eines ausgefüllten und unterschriebenen Fragebogens vorliegt. Jeder der länger als 1 Woche sich außerhalb der Trainingsgruppe aufhält hat erneut ein Fragebogen auszufüllen und vorzulegen.
- Bildung von „Kleinsttrainingsgruppen“ mit ein bis zwei namentlich festgelegten Trainingspartnern, welche in den Vereinen schriftlich dokumentiert werden.
- Trainingspartnerkonstellationen sollten nach Möglichkeit über mehrere Tage/Wochen beibehalten werden.
- Kleidung und Schuhe nur im Trainingsbereich.
- Trainingskleidung ist nach jedem Training zu wechseln und zu waschen.
- Verpflichtend sind ein Betreuer bzw. Trainer, welcher die Einhaltung der Vorschriften vor Ort überwacht.
- Für den/die einzelnen Athlet*innen und Betreuer könnten entsprechende Kontrollen (PCR-Tests) wöchentlich durchgeführt werden (vgl. geplante Kontrollen in der Fußball-Bundesliga -ohne erkennbare Symptome, sowie ein geplanter neuer Gesetzesentwurf für eine signifikante Erhöhung der Anzahl von PCR-Testungen bei Bürgern auf ca. 5 Mio. Tests/Woche). Die Kosten hierfür könnten von den Krankenkassen übernommen werden. Das Ergebnis steht nach wenigen Tagen je nach Abnahme zur Verfügung.
- Regelmäßiges Abfragen des Gesundheitszustandes vor jedem Training (ggf. vom Athleten bzw. Erziehungsberechtigten zu unterschreiben).

Jena, 18.6.2020

Anlage 1: 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 (Siehe Anlage 3 - https://www.kbv.de/media/sp/Poster_10_Hygienetipps.pdf).
- 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 3: Die 10 wichtigsten Hygienetipps des BZgA

Infektionen vorbeugen:

Die 10 wichtigsten Hygienetipps

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

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

1



2

Hände gründlich waschen

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

Hände aus dem Gesicht fernhalten

Vermeiden Sie es, mit ungewaschenen Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.

3



Im Krankheitsfall Abstand halten

Kurieren Sie sich zu Hause aus. Verzichten Sie auf enge Körperkontakte. Bei hohem Ansteckungsrisiko für andere kann es sinnvoll sein, sich in einem separaten Raum aufzuhalten oder eine getrennte Toilette zu benutzen. Verwenden Sie persönliche Gegenstände wie Handtücher oder Trinkgläser nicht gemeinsam.

5



4

Richtig husten und niesen

Husten und niesen Sie am besten in ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase. Halten Sie dabei Abstand von anderen Personen und drehen sich weg.



6

Wunden schützen

Decken Sie Verletzungen und Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.



Auf ein sauberes Zuhause achten

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

7



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 rohes Gemüse und Obst vor dem Verzehr gründlich ab.



Geschirr und Wäsche heiß waschen

Reinigen Sie Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Maschine bei mindestens 60°C. Waschen Sie Spülappen und Putztücher sowie Handtücher, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60°C.

9



10

Regelmäßig lüften

Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten mit weit geöffneten Fenstern.

