

# Corona-Leitfaden für Indoor-Aktivitäten

## Empfehlungen der Bundesfachgruppe Schneesport der NaturFreunde Deutschlands e.V. für die Wintersaison 2020/21 während der Covid-19-Pandemie

Stand: 07.08.2020

Die Bundesfachgruppe Schneesport empfiehlt NaturFreunde-Schneesportlehrer\*innen, Trainer\*innen B und C sowie Übungsleiter\*innen Ski alpin, Snowboard und Nordic für organisierte Indoor-Veranstaltungen wie Winter-Fit-Kurse, Theorielehrgänge etc. folgende Schutzmaßnahmen:

### Vor der Veranstaltung/dem Training:

- Informiert euch über die maximale (flächenbezogene) Gruppengröße für euer Angebot bei euren lokalen Behörden.
- Durch das begrenzte Platzangebot müssen sich die Teilnehmenden im Vorfeld anmelden!
- Führt eine vollständige Teilnahmeliste, bei Gästen inkl. Name, Anschrift, Telefonnummer, E-Mail zur eventuellen Nachverfolgung im Infektionsfall! Hier sollte euer gängiges Anmeldeformular ausreichend sein.
- Klärt wichtige organisatorische Angelegenheiten im Vorfeld mit den Teilnehmenden, um eine reibungslose Veranstaltung zu gewährleisten!
- Nur gesunde und symptomfreie Sporttreibende dürfen an der Veranstaltung teilnehmen. Folgende Bedingungen sind zu erfüllen:
  - Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV2-Infektion (Husten, Halsweh, Fieber/erhöhte Temperatur ab 38° C, Geruchs- und/oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen).
  - Kein Nachweis einer SARS-CoV2- Infektion in den letzten 14 Tagen.
  - In den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV2 getestet worden ist.
  - Dies ist bei der Anmeldung zu bestätigen und zu Beginn jeder Maßnahme von den Trainer\*innen/Übungsleiter\*innen abzufragen und zu dokumentieren.
  - Lasst die Teilnehmenden schon mit der Anmeldung zur Maßnahme bestätigen, dass ihnen die gängigen Schutz- und Hygieneregeln bekannt sind und sie diese während der Maßnahme einhalten werden.
- Teilnehmende mit Krankheitssymptomen müssen ausgeschlossen werden!



- Informiert die Teilnehmenden vorab, dass vor und nach der Veranstaltung/sportlichen Aktivität eine Mund-Nasen-Bedeckung in der Halle oder in anderen geschlossenen Räumen getragen werden muss! Bei einem Wintersport-Basar („Skibörse“) muss die Mund-Nasen-Bedeckung immer getragen werden.
- Bei Eintritt in die Räumlichkeit/Halle müssen die Hände gewaschen und/oder desinfiziert werden.
- Nehmt Einmal-Mund-Nasen-Bedeckungen und Handdesinfektionsmittel mit, sollten das Teilnehmende vergessen haben.
- Personenansammlungen sollten vermieden werden. Ggf. Schichtbetrieb beim Trainingsstart und -ende.
- Sowohl vor und nach der Veranstaltung/dem Training muss intensiv gelüftet werden. Nach Möglichkeit sollte sogar mit geöffnetem Fenster trainiert werden.
- Trainingsgeräte müssen vor und nach Gebrauch desinfiziert werden.

#### **Für das Training:**

- Begrüßung ohne Körperkontakt.
- Hinweis auf die geltenden Sicherheits-, Abstands- und Hygienevorschriften!
- Kranke Teilnehmer\*innen im Zweifelsfall nach Hause schicken!
- Tauscht und verleiht keine Ausrüstung, Trinkflaschen, Handtücher!
- Vermeidet bei der Kursgestaltung Körperkontakt! Falls in Ausnahmefällen der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, stellt das Tragen von Mund-Nasen-Bedeckungen sicher.
- Im Falle eines Unfalls/einer Verletzung müssen sowohl Ersthelfer\*in als auch der\*die Verunfallte/Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Im Falle einer notwendigen Wiederbelebung wird der Mund der wiederzubelebenden Person mit einem Tuch bedeckt und die Herz-Druck Massage durchgeführt; ggf. wird auf eine Beatmung verzichtet.

Weiterhin möchten wir darauf hinweisen, dass wir die Beachtung der neu(e)n Leitplanken des Deutschen Olympischen Sport-Bundes (DOSB) sowie der DOSB Leitplanken für den Hallensport empfehlen (siehe <https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/>). Außerdem muss gewährleistet werden, dass sich an die jeweils geltenden lokalen behördlichen Vorgaben gehalten wird.