

Fakultät für Sportwissenschaft der Ruhr-Universität Bochum
Dekanat &
Lehr- und Forschungsbereich Sportarten & Bewegungsfelder



**Aktualisierungen, Stand 05.07.2021 zum
Nutzungs- und Hygienekonzept für die Präsenzveranstaltungen
(Theorie und Praxis) SoSe 2021**

Die Umsetzung und die Einhaltung der jeweils aktuell geltenden gesetzlichen Regelungen zur
Eindämmung der Corona-Pandemie liegen in der Verantwortung der jeweiligen
Lehrenden

Dr. Arno Kromholz (Leiter LFB Sportarten & Bewegungsfelder)

Dr. Anja Kluge (Geschäftsführerin)

Prof. Dr. P. Platen (Dekanin)

Fachleiter*innen der Sportarten und Bewegungsfelder

Nr. 4: 02.07.2021, Präsenzprüfungen (Prof. Dr. P. Platen, Dr. Mechthild Schütte,

Dr. A. Krombholz)

- Auf dem Gelände der RUB besteht keine Maskenpflicht. In den Gebäuden der RUB muss ein medizinischer Mundschutz oder eine FFP 2 Maske getragen werden.
- Im Rahmen der Prüfungen entscheidet der/die verantwortliche Prüfer*in, ob während der praktischen Prüfung die Verpflichtung des Tragens einer FFP 2 Maske auch in den Innenbereichen aufgehoben wird. In diesem Fall führt jeder Studierende am Prüfungstag einmalig, vor der ersten praktischen Prüfung, einen Antigen-Schnelltest durch. Ansonsten bleibt es bei der "Mo./Mi.-Regelung" (s. Aktualisierung Nr. 1 vom 09.04.2021).
- Theorieprüfungen in Präsenz erfordern den Nachweis eines maximal 24 Stunden alten, negativen Antigen-Test oder den Nachweis, vollständig genesen zu sein (min. 28 Tage bis max. 6 Monate alter positiver PCR-Test) oder, min. 14 Tage zurückliegend, vollständig geimpft zu sein.

Nr. 3: 01.06.2021, Nutzung Kraftraum durch Mitarbeitende der F. f. S. (Prof. Dr. P. Platen,

Dr. A. Krombholz)

Der Kraftraum ist ab sofort auch für Mitarbeitende der Fakultät für Sportwissenschaft nutzbar.

Weitere Informationen s. Kap. 3.6

Nr. 2: 01.06.2021, beaufsichtigte Übungszeiten Tennis für Seminarteilnehmende

(Dr. J. Uhrmeister)

Auf der Tennisanlage wird montags und mittwochs stundenweise in der Zeit von 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr eine beaufsichtigte (freie) Übungszeit, ausschließlich für Teilnehmer*innen aus den aktuellen Tennisseminaren, angeboten.

Pro Platz sind zwei Spieler*innen erlaubt, insgesamt 8 Personen auf der Anlage zugelassen!

Die weiteren Regelungen werden in den begleitenden Moodle-Kursen veröffentlicht. Die beaufsichtigten Übungszeiten sind bis befristet bis zum 14.07.2021!

Nr. 1: 09.04.2021, Besondere Bestimmungen für die Präsenzlehre im Sommersemester 2021 ab dem 12.04.2021 (Prof. Dr. P. Platen, Dr. A. Krombholz)

Auf dem gesamten Gelände und in allen Gebäuden der Ruhr-Universität Bochum sind durchgängig medizinische Masken oder FFP 2 Masken zu tragen.

Bei allen Präsenzveranstaltungen, die in den Sporthallen bzw. Innenbereichen der Sportstätten stattfinden, muss durchgängig eine FFP 2 Maske getragen werden. Zudem sollte immer ein Abstand von mind. 1,5 m eingehalten werden, sofern der Trainings-/Übungs- und Spielbetrieb dies ermöglicht. Beim Trainings-/Übungs- und Spielbetrieb im Außenbereich kann nach Maßgabe des*der verantwortlichen Lehrenden auf das Tragen einer FFP 2 Maske verzichtet werden.

Für die Teilnahme an einer Präsenzveranstaltung ist der Nachweis eines Antigen-Schnelltests (Nasen-Rachen- **und** Rachenabstrich) erforderlich, der nicht älter als 2 Tage sein darf und von einem offiziellen Testzentrum bescheinigt wurde. An der Fakultät für Sportwissenschaft

(Corona-Testzentrum Sportwissenschaft) werden angeleitete und kontrollierte Antigen-Selbsttests vor der ersten Präsenzveranstaltung in der jeweiligen KW und/oder vor der ersten Präsenzveranstaltung ab Mittwoch in der jeweiligen KW durchgeführt (zusätzliche Tests bei Präsenzterminen an Wochenenden). Diese angeleiteten Selbsttests werden in der Regel in den jeweiligen Räumlichkeiten durchgeführt, in denen die Präsenzveranstaltungen stattfinden.

Fakultät für Sportwissenschaft der Ruhr-Universität Bochum
Dekanat &
Lehr- und Forschungsbereich Sportarten & Bewegungsfelder



Nutzungs- und Hygienekonzept für die Präsenzveranstaltungen (Theorie und Praxis) SoSe 2021

Die Umsetzung und die Einhaltung der jeweils aktuell geltenden gesetzlichen Regelungen zur
Eindämmung der Corona-Pandemie liegen in der Verantwortung der jeweiligen
Lehrenden

Dr. Arno Kromholz (Leiter LFB Sportarten & Bewegungsfelder)
Dr. Anja Kluge (Geschäftsführerin)
Prof. Dr. P. Platen (Dekanin)
Fachleiter*innen der Sportarten und Bewegungsfelder

Bochum: 01.06.2021

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	V
1 Grundsätzliche Regelungen	1
1.1 Verfahrensregelung für Studierende bei COVID-19-Erkrankung, -Symptomen, -Kontakt, Auslandsaufenthalt, Risikowarnung der Corona-Warn-App	1
2 Regelungen für den Präsenzunterricht und Aufenthalt in den Seminarräumen, im CIP-Raum, der Bibliothek und weiteren Räumen der Fakultätsgebäude	4
2.1 Grundregeln (AHA-L Regel)	4
2.2 Präsenzunterricht und Aufenthalt in Seminarräumen, im CIP-Raum, der Bibliothek und weiteren Räumen des Fakultätsgebäudes	4
2.3 Verwendung von Monitoren, Tastaturen, Arbeitstischen, Mikrofonen und Headsets bei Nutzung durch verschiedene Personen	5
3 Sportstätten	6
3.1 Allgemeine Bestimmungen	6
3.2 Bootshaus	9
3.3 Unibad Querenburg	10
3.4 Halle Markstraße (HMA; 1.215 m ² => ca. 400 m ² pro Hallendrittel)	11
3.5 Gymnastikhalle (260 m ²)	11
3.6 Kraftraum HMA (127 m ²): nur im Rahmen von Seminaren und für Mitarbeitende der F. f. S. nutzbar	11
3.7 Leichtathletikanlage	12
3.8 Rasenfläche Fußball (8.300 m ²)	12
3.9 Caspo (Halle 1: 420 m ² , Halle 2/3: 527 m ²)	13
3.10 Kunstrasen an der Caspo	13
4 Sportarten & Bewegungsfelder	13
4.1 Modul 2	13
4.1.1 Schwimmen	13
4.1.2 Tanz (inkl. Gymnastik, Entspannungsverfahren, Rückenschule (Dr. M. Schütte, Dr. D. Temme))	15

4.1.3	Gerätturnen (A. Conrad).....	15
4.1.4	Leichtathletik (C. Osenberg, F. Hanakam).....	16
4.2	Modul 3	17
4.2.1	Badminton (A. Luh).....	17
4.2.2	Basketball (H. Remmert)	18
4.2.3	Fußball (A. Frytz).....	19
4.2.4	Handball (J. Uhrmeister).....	20
4.2.5	Hockey (G. Linowsky).....	21
4.2.6	Volleyball (T. Kittel).....	21
4.2.7	Tennis (J. Uhrmeister)	21
4.2.8	Tischtennis (J. Dassow) kein Angebot im Sommersemester	22
4.3	Modul 4	22
4.3.1	Beachvolleyball (T. Kittel, s. Modul 3 Volleyball).....	22
4.3.2	Judo (A. Andree)	22
4.3.3	Klettern indoor (M. Cronrath)	23
4.3.4	Klettern/Bergwandern (M. Cronrath).....	23
4.3.5	Rudern (A. Kahnert)	24
4.3.6	Spielen (A. Kahnert)	25
4.3.7	Trampolinturnen (A. Conrad).....	25
4.3.8	Rugby (V. Lange-Berlin)	26
4.3.9	Yoga (B. Ruffin).....	26
4.4	Sonstige Veranstaltungen.....	27
4.4.1	Funktionelle Anatomie	27
4.4.2	Erlebnis- und Abenteuersport (A. Schreiber-Diaz)	27
4.5	Exkursionen.....	28
4.5.1	Klettern/Bergwandern.....	28
4.5.2	Exkursionen Windsurfen, Segeln.....	28
5	Corona Merkblatt für Studierende und Besucher*innen der RUB.....	29

6	„COVID-19-Fall“ an der Ruhr-Universität - Was sollten Sie wissen und tun? (Stand: 04.03.2021)	30
7	Anlagen	1

1 Grundsätzliche Regelungen

Das vorliegende Konzept dient als Grundlage für eine maximal mögliche Reduzierung des Infektionsrisikos von SARS-COV-2 im Rahmen der Ausbildung von Studierenden an der Fakultät für Sportwissenschaft.

Quellen:

MAGS NRW: Verordnungen, Allgemeinverfügungen und Erlasse des Ministeriums zur Eindämmung der Corona-Pandemie. Zugriff am 04.04.2021 unter: <https://www.mags.nrw/erlasse-des-nrw-gesundheitsministeriums-zur-bekaempfung-der-corona-pandemie>

MKW NRW: Informationen zum Hochschulbetrieb in Nordrhein-Westfalen. Zugriff am 04.04.2021 unter: https://www.mkw.nrw/FAQ_Hochschulen_Corona

1.1 Verfahrensregelung für Studierende bei COVID-19-Erkrankung, -Symptomen, -Kontakt, Auslandsaufenthalt, Risikowarnung der Corona-Warn-App

An der RUB/Fakultät für Sportwissenschaft gelten folgende Regelungen:

- **Positiv auf COVID-19 getestet:** Personen, die mittels PCR-Test positiv auf COVID-19 getestet wurden, dürfen den Campus und die Einrichtungen der RUB erst wieder betreten, wenn das zuständige Gesundheitsamt die Quarantäne aufgehoben hat. Personen, die mittels eines Antigen-Schnelltests positiv auf COVID-19 getestet wurden, dürfen den Campus und die Einrichtungen der RUB erst wieder betreten, wenn ein negatives PCR-Testergebnis vorliegt.
- **Kontakt mit an COVID-19 erkrankter Person:** Personen, die direkten Kontakt mit einer COVID-19 positiven Person hatten und vom Gesundheitsamt als Kontakt der Kategorie 1 ermittelt wurden, dürfen erst nach Ablauf der vom Gesundheitsamt verhängten Quarantäne den Campus und die Einrichtungen der RUB betreten. Die Dekanin der Fakultät für Sportwissenschaft behält sich das Recht vor, bei einem dringenden Verdacht eines Kontaktes der Kategorie 1 bereits vorab ein Hausverbot für einen Zeitraum von max. 14 Tagen auszusprechen. Die verantwortlichen Lehrkräfte können im Auftrag der Dekanin handeln.
- **Nach Auslandsaufenthalt in einem Risikogebiet (gemäß der aktuellen Veröffentlichung des RKI):** Während der Quarantänezeit nach einem Auslandsaufenthalt dürfen der Campus und die Einrichtungen der RUB nicht betreten werden.
- **Symptome liegen vor:** Bei Symptomen eines akuten Atemwegsinfektes (Husten, Schnupfen, Halsschmerzen mit/ohne Fieber) und/oder bei neu aufgetretenen Geruchs- oder Geschmacksstörungen darf die RUB nicht betreten werden.

In all diesen Fällen darf überdies keine Teilnahme an Präsenzveranstaltungen erfolgen.

Trifft einer der obigen Fälle zu, hat die sofortige **Benachrichtigung aller verantwortlichen Lehrenden/Personalverantwortlichen** über das Fernbleiben von der (Präsenz-)Veranstaltung mit der entsprechenden Begründung zu erfolgen.

Zudem muss beim Vorliegen von Symptomen schnellstmöglich ein COVID-19-Test veranlasst werden. Die Mitteilung über das Ergebnis des Befundes erfolgt ohne zeitliche Verzögerung an die*den verantwortliche*n Lehrende*n/Personalverantwortliche*n. Falls eine ärztliche Verordnung eines Tests aufgrund der (leichten) Symptome nicht erfolgt, darf die

RUB nach frühestens 5 Tagen wieder betreten werden. Zudem muss die erkrankte Person mind. 48 Std. symptomfrei sein. Die Lehrenden sind zu informieren.

: Erfasste Symptome für COVID-19-Fälle in Deutschland

(Meldedaten)

Husten	40 %
Fieber	27 %
Schnupfen	29 %
Störung des Geruchs- und/oder Geschmackssinns*	22 %
Pneumonie	1,0 %

Weitere Symptome:

Halsschmerzen, Atemnot, Kopf- und Gliederschmerzen, Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust, Übelkeit, Bauchschmerzen, Erbrechen, Durchfall, Konjunktivitis, Hautausschlag, Lymphknotenschwellung, Apathie, Somnolenz.

* In Deutschland werden seit der 17. KW für die COVID-19-Fälle Geruchs- und Geschmacksverlust als Symptome erfasst. In vielen internationalen Studien wurde bei über der Hälfte der Probanden ein Geruchs- und/oder Geschmacksverlust beschrieben (86-88). Diese deutlich höhere Prävalenz resultiert vermutlich aus der intensiveren Ermittlung solcher Symptome unter Studienbedingungen im Vergleich zu den im Meldewesen übermittelten Angaben.

Quelle:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Steckbrief.html,
Zugriff am 03.04.2021.

Die*der Lehrende/Personalverantwortliche leitet unverzüglich positive-Testergebnisse sowie Kontaktpersonen der Kategorie 1 an das Dekanat sowie Dr. Arno Kromholz weiter.

Im Falle eines positiven Schnelltestergebnisses hat unverzüglich ein PCR-Test zu erfolgen. Der PCR-Test wird in der Regel in der Fakultät für Sportwissenschaft angeschlossen. Es wird hierbei durch eine*n Mitarbeitende*n der Fakultät für Sportwissenschaft abgestrichen. Der Abstrich erfolgt im Fahrrad-Käfig neben dem Fakultätsgebäude. Sollte dies nicht möglich sein, erfolgt die Veranlassung eines COVID-19-Tests i. d. R. durch den*die Hausarzt*Hausärztin. Nachstehend eine Internetadresse, über die man in der Nähe zum eigenen Wohnort Testpraxen ermitteln kann (<https://www.coronatestpraxis.de/>). Bei Unklarheiten bezüglich der Zuständigkeiten kann man sich an das Dekanat oder die Leitung des Lehr- und Forschungsbereich wenden.

Wird ein „Erhöhtes Risiko“ auf der persönlichen „Corona-Warn-App“ angezeigt, wird dringend empfohlen einen COVID-19-Test zu veranlassen, auch wenn keine Symptome vorliegen. Die Kosten übernimmt i. d. R. die Krankenversicherung.

Im Falle eines positiven Testergebnisses sind die weiteren Schritte gemäß den Vorgaben der RUB (s. Anlage) einzuleiten. Bis zur Klärung, ob eine COVID-19-Erkrankung vorliegt, sollten unbedingt alle persönlichen Kontakte vermieden werden.

Hiermit bittet die Fakultät alle Studierenden und Mitarbeitenden um eine aktive Unterstützung in Bezug auf die Eindämmung der Corona-Pandemie. Dazu gehört sowohl die konsequente Einhaltung der Hygiene- und Nutzungsbestimmungen als auch der hier beschriebenen Verfahrensregelungen. Nur so können die Kommiliton*innen und Mitarbeitenden umfassend geschützt und die Durchführung des Lehr- und Forschungsbetriebs gewährleistet werden.

Im Falle von COVID-19 bedingten Fehlzeiten ist die Fakultät intensiv bemüht, den Studierenden Möglichkeiten zu bieten, die Lehrinhalte, falls erforderlich auch online, nachzuarbeiten.

2 Regelungen für den Präsenzunterricht und Aufenthalt in den Seminarräumen, im CIP-Raum, der Bibliothek und weiteren Räumen der Fakultätsgebäude

2.1 Grundregeln (AHA-L Regel)

- Abstand halten (mindestens 1,5 Meter).
- Hygiene beachten (regelmäßiges Händewaschen, Händedesinfektion (falls möglich), Nies-Etikette (in die Ellenbeuge), Verzicht auf Begrüßungsrituale wie z. B. Händeschütteln, Umarmungen etc.).
- Medizinischer Mund-Nasen-Schutz (MMNS) oder FFP 2 Maske grundsätzlich auf dem gesamten Campus der RUB innerhalb und außerhalb der Gebäude tragen.
- Regelmäßiges Lüften in allen Innenräumen in Ausrichtung auf das vorhandene mechanische Lüftungssystem. Dazu können die Ein-/Ausgangstüren sowie die vorhandenen Fenster geöffnet werden.
- Die Lüftungsoptionen Stoß- und/oder Querlüften richten sich an den räumlichen Gegebenheiten, den Außentemperaturen sowie an dem vorhandenen Lüftungskonzept aus. Ein Stoßlüften zwischen den Seminarzeiten hat zwingend zu erfolgen (mind. 10 min). Die Verantwortung für die Umsetzung des Lüftungskonzeptes liegt bei den Lehrenden in Abstimmung mit der Dekanin der Fakultät für Sportwissenschaft.

2.2 Präsenzunterricht und Aufenthalt in Seminarräumen, im CIP-Raum, der Bibliothek und weiteren Räumen des Fakultätsgebäudes

- Ansammlung von Veranstaltungsteilnehmer*innen in den Foyers oder vor den Seminarräumen sind zu vermeiden.
- Von allen teilnehmenden Studierenden/Personen werden für jedes Seminar die Platznummer und Kontaktdaten erfasst (erweiterte Teilnehmer*innenliste oder Nutzung des Nachverfolgungs-Tools der RUB (<https://rub.corona-erfassung.de/>, s. Anhang).
- Die Listen sind vier Wochen so aufzubewahren, dass jederzeit, auch abends und am Wochenende, im Falle einer notwendigen Nachverfolgung, darauf zugegriffen werden kann.
- In allen Seminarräumen ist durchgängig eine MMNS zu tragen, auch nach Erreichen der Sitzplätze. Die Lehrenden dürfen auf einen MMNS verzichten, wenn ein Mindestabstand von 4 m zu den Studierenden eingehalten wird oder alternativ eine Plexiglasscheibe verwendet wird.
- In den Seminarräumen, dem Konferenzraum und dem CIP-Raum der Fakultät wurden entsprechend der Belegungsvorgaben (max. 50 % der regulären Sitzplatzkapazität und Wahrung der 1,5 m-Abstandsregel sowie Sicherung der Fluchtwege) die Anzahl der Tische und

Stühle angepasst und aufgestellt. Die Anordnung der Tische und Stühle in den Seminarräumen darf nicht verändert werden (s. Anhang). Derzeit steht die folgende Anzahl an Sitzplätzen in den Seminarräumen zur Verfügung (einschließlich des Stuhls und Tisches für die Lehrenden):

Raumkennzeichnung (Gebäude SW, HMA)	Personen/Raum
SR 1	14
SR 2	24
SR 3	25
SR 4	16
SR 5	17
CIP-Raum	12
Konferenzraum	8
Halle Markstraße Seminarraum 1	13
Halle Markstraße Seminarraum 2	9

- In den Seminarräumen 2/3 liegt bei gleichzeitiger Nutzung ein Einbahnstraßen-System (Eingang SR 3, Ausgang SR 2) vor. Ansonsten ein Schleusensystem bei singulärer Nutzung der SR, auch in den Seminarräumen der HMA.
- Nach jeder Veranstaltung sind die Tische sowie die verwendeten Materialien zu reinigen. Dies gilt auch für die Technikpulte. Ein Flächendesinfektionsmittel steht in jedem Seminarraum zur Verfügung.
- Alle Seminarteilnehmer*innen sind aufgefordert, eigene Getränke und eigene Arbeitsmittel mitzubringen (Block, Stift etc.).

Sollten die Regelungen von einzelnen Teilnehmenden nicht eingehalten werden, sind die Veranstaltungsverantwortlichen berechtigt, Personen aus dem Seminarraum und dem Fakultätsgebäude zu verweisen.

2.3 Verwendung von Monitoren, Tastaturen, Arbeitstischen, Mikrofonen und Headsets bei Nutzung durch verschiedene Personen

Unter Beachtung der offiziellen Stellungnahmen des RKI und der SARS-CoV-2-Arbeitsschutzregel in der Fassung vom 10.08.2020 wird folgende Vorgehensweise bei der Nutzung von IT-Komponenten und durch mehrere Personen empfohlen:

- Nutzer*innen waschen sich vor und nach der Benutzung gründlich die Hände.

- Headsets werden nicht zur Verwendung durch mehrere Personen zur Verfügung gestellt (Stand vom 20.08.2020). Es werden bevorzugt Schwanenhalsmikrofone eingesetzt. Nicht zu reinigende Teile (Mikrofonkorb/Schaumstoffkopf) werden mit auswechselbaren Plastikhüllen überzogen, die nach jeder nutzenden Person zu wechseln sind.
- Mäuse, Tastaturen, Touchscreens etc. und der Greifbereich der Arbeitstische sind nach jeder Nutzung bzw. am Ende jedes Seminars zu reinigen. Hierfür stehen in jedem Seminarraum Flächendesinfektionsmittel zur Verfügung.

3 Sportstätten

Die grundlegenden Maßnahmen umfassen die An- und Abreise zu den Sportstätten, den Zu- und Abgang, die Umkleidemöglichkeiten, die Nutzung der Duschen und Sanitäranlagen, die Optionen zur Einhaltung der Hygiene- und Distanzregelungen während des gesamten Aufenthalts, die Regelungen zur Gruppengröße in Ausrichtung auf die Gegebenheiten der Sportstätten, die Abfrage/Überprüfung möglicher Symptome, die Anpassung der Reinigungsintervalle und schließlich die Dokumentation der Teilnehmenden am Lehr- und Trainingsbetrieb bzw. der Übernahme von Selbstverantwortung der Studierenden.

- Die Nutzung der Sportstätten durch Studierende der Fakultät für Sportwissenschaft (z. B. zur Prüfungsvorbereitung) kann ausschließlich in den ausgewiesenen Tutorien bzw. beaufsichtigten freien Übungszeiten erfolgen.
- Eine Nutzung der Sportstätten durch Einzelpersonen, außerhalb der Seminare, beaufsichtigten freien Übungszeiten und Tutorien, ist nicht gestattet.
- Ausnahmen können in Abstimmung mit dem Fachverantwortlichen für die Sportart/das Bewegungsfeld erfolgen (z. B: Prüfungsvorbereitung, Kaderathlet*innen, Mitarbeiter*innen der F. f. S.).
- Einzelpersonen sind verpflichtet, sich beim Beginn des Trainings und am Ende des Trainings in die an den Sportstätten aushängenden Listen ein- bzw. auszutragen. Mit Ihrer Unterschrift bestätigen sie, dass sie die Bestimmungen des Nutzungs- und Hygienekonzeptes in der aktuellen Version gelesen haben und sich entsprechend verhalten werden.
- Es erfolgen stichpunktartige Kontrollen der Anwesenheit durch die Hallen- und Platzwarte.

Die spezifische Umsetzung wird in den folgenden Kapiteln konkretisiert.

3.1 Allgemeine Bestimmungen

- In allen Gebäuden und dem Gelände der RUB ist das Tragen eines MMNS oder einer FFP 2 Maske vorgeschrieben (Ausnahmen nach Maßgabe des Lehrenden: Sportflächen/Sport- und Trainingsbetrieb).

- Die Distanzregelung (mind. 1,5 m) ist in allen Situationen vor und nach dem Sportbetrieb zu befolgen. Zusätzlich muss ein MMNS oder eine FFP 2 Maske getragen werden.
- Die An- und Abreise zu den Sportstätten sollte, sofern irgendwie möglich, privat und einzeln erfolgen.
- Längere Wartezeiten und Aufenthalte vor und nach der Veranstaltung sind zu vermeiden; nach dem Ende der Praxisveranstaltung wird die Sportstätte unmittelbar verlassen (max. Aufenthaltszeit in Fluren und Vorräumen: 5 min).
- Die Seminarzeiten, insbesondere das Seminarende, sind unbedingt einzuhalten, um Begegnungen zwischen den Teilnehmenden der Seminargruppen zu vermeiden.
- Vor bzw. unmittelbar nach dem Betreten der Gebäude bzw. der Außenanlagen hat eine Handreinigung mit den dort befindlichen Hygienemitteln zu erfolgen (z. B. Desinfektionsmittelspender).
- Die Studierenden müssen in angemessener Sportkleidung zum Lehr- und Trainingsbetrieb erscheinen und sich zu Hause duschen (Ausnahme: Schwimmbad).
- Vor jeder Präsenzveranstaltung bestätigen die Studierenden mit ihrer Unterschrift, dass ihnen keine erkennbaren Symptome einer COVID-19-Infektion bekannt sind. Ansonsten kann eine Teilnahme an der Veranstaltung nicht erfolgen (Selbstauskunft der Teilnehmer*innen).
- Alle Studierenden bestätigen vorab, dass sie die relevanten Bestimmungen des aktuellen Hygiene- und Nutzungskonzeptes gelesen haben und sich entsprechend der Vorgaben verhalten.
- Angehörige von Risikogruppen sind besonders zu schützen. Es sollten Gespräche mit Teilnehmenden von Risikogruppen durchgeführt werden, um individuelle Lösungen zu entwickeln.
- Falls die Vorgaben der Nutzungsbestimmungen für die Sportstätten der RUB nicht eingehalten werden, kann die betreffende Person/können die betreffenden Personen von der Sportstätte verwiesen werden. Das Hausrecht kann in Vertretung der Dekanin durch die aufsichtführenden Hallen- und Platzwarte und/oder die verantwortlichen Lehrkräfte ausgeübt werden.
- Zuschauer*innen und Begleitpersonen dürfen die Sportstätten nicht betreten.

Umkleieräume, Sanitärräume und Duschen:

- Die Duschen bleiben geschlossen.
- Die Umkleieräume sind nur in reduziertem Umfang nutzbar (keine Nutzung der Spinde und max. die festgelegte Anzahl der Personen in den Umkleieräumen, Einhalten der vorgegebenen Plätze).
- Die Toiletten dürfen jeweils nur von einer Person betreten werden. Das Zugangs- bzw. Ausgangssystem muss unbedingt beachtet werden. Toilettengänge sind auf das Notwendigste zu beschränken (Einschränkung der Flüssigkeitsaufnahme vor und während des Sportbetriebs).
- Die Studierenden müssen für ihre persönlichen Sachen (z. B. Bekleidung) eine geschlossene, bei Bedarf wasserdichte, Tasche mitbringen, die an vorgegebener Stelle gelagert wird. Dies gilt auch für die Straßenschuhe (ggf. großer Müllsack als Schutzhülle bei Lagerung im Außenbereich).

Abstandsregelungen Sportflächen:

- Bei kurzen Ansprachen, Korrekturen auf den Sportflächen (< 2 min) ist unbedingt darauf zu achten, dass der Mindestabstand von 1,5 m eingehalten wird (doppelte Armlänge). Das Tragen einer FFP-2 Maske wird in diesen Phasen dringend empfohlen, falls die FFP 2 Masken nicht grundsätzlich und durchgängig getragen werden müssen (z. B. auf den Außenflächen).
- Falls die Einhaltung des Mindestabstands nicht durchgängig gewährleistet werden kann, ist das Tragen einer FFP 2 Maske zwingend anzuordnen.
- Bei längeren Ansprachen, Reflexionen, Besprechungen usw. auf den Sportflächen (> 2 min.) ist eine FFP 2 Maske zwingend zu tragen und der Mindestabstand von 1,5 m einzuhalten (doppelte Armlänge).
- Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.

Lüftungskonzept:

- In allen Sportstätten ist in Ausrichtung auf das vorhandene Lüftungssystem für einen regelmäßigen zusätzlichen Luftaustausch zu sorgen. Dazu können die Ausgangstüren und Fluchttüren sowie die vorhandenen Fenster geöffnet werden.
- Die Lüftungsoptionen Stoß- und oder Querlüften richten sich an den räumlichen Gegebenheiten, den Außentemperaturen sowie an dem vorhandenen Lüftungskonzept aus. Ein Stoßlüften zwischen den Seminarzeiten wird dringend angeraten.
- Die Temperaturen in den Sportstätten sollen in Bezug auf die (sportlichen) Aktivitäten angemessen sein.

- Die Lüftungsanlagen der Dreifachhalle Markstraße sowie der Campussportanlage gewährleisten einen Luftaustausch mit Frischluft und einem sehr effektiven Austausch der Luft. In der Gymnastikhalle Markstraße sowie dem Kraftraum gibt es keine Lüftungsanlage. Daher ist in diesen Hallen in besonderem Maße auf ausreichendes Lüften zu achten.
- Die Verantwortung für die Umsetzung des Lüftungskonzeptes liegt bei den Lehrenden in Abstimmung mit der Dekanin der Fakultät für Sportwissenschaft.

Hygienische Flächenreinigung:

- Bei der Übergabe von Geräten an andere Personen ist, falls möglich, eine Flächenreinigung vorzunehmen (die notwendigen Materialien werden zentral bereitgestellt).
- Die Flächendesinfektion von Kontaktflächen der Sportgeräte und Sportstätten bzw. Trainingsbereichen erfolgt, sofern möglich, nach jeder Nutzung mit einem fettlösenden Haushaltsreiniger (Anwendung gem. der Herstellerangaben) oder mit einem geeigneten (mind. „begrenzt viruziden“) Desinfektionsmittel.

3.2 Bootshaus

- Der Zu- und Abgang erfolgt im Schleusensystem durch die Flügeltür der Bootshalle. Die Ein- und Ausgänge sind entsprechend beschildert.
- An den potenziellen Begegnungsstellen (Haupttor des Bootshauses, Treppenaufgang zum Seminarraum, Abgang zum Steg) wird ein Schleusensystem vorgeschrieben. Alle Start- und Endpunkte befinden sich in Sicht- und Rufweite, sodass eine individuelle, situative Abstimmung möglich ist.
- Der Seminarraum wird nur in Ausnahmefällen genutzt. Die Positionierung der Tische und Stühle gibt einen Mindestabstand von 1,5 m vor. Die maximale Anzahl beträgt 10 Personen (Seminarraumgröße 65 m²).
- Die Duschen sowie die Sanitärbereiche in den Umkleidekabinen des 1. OG bleiben geschlossen. Die Umkleideräume können von max. 2 Personen gleichzeitig genutzt werden. Die Bekleidung darf nicht in den Umkleidekabinen verbleiben (in Taschen verstauen und in den Randbereichen der Bootshalle abstellen). Das Podest in Bootshalle kann bei Bedarf auch zum Umkleiden benutzt werden (Schleusenprinzip beim Auf- und Abgang).
- Die Toilettennutzung ist ausschließlich im EG gestattet. Die Damen- und Herrentoiletten dürfen jeweils nur von einer Person betreten werden. Besetzt-/Freiregelung muss eindeutig sein. Der Zugang erfolgt über die Seitentür des Bootshauses.
- Flächendesinfektion der Griffbereiche der Skulle und der Sitzflächen nach Gebrauch.

3.3 Unibad Querenburg

- Im gesamten Gebäude mit Ausnahme der Wasserflächen ist das Tragen eines Mund-Nase-Schutz verpflichtend. Beim Umkleiden ist der Mund-Nase-Schutz kurzzeitig abzunehmen, sofern die vorgegebene Anzahl an Personen nicht überschritten wird und die Mindestabstände eingehalten werden (Markierungen beachten).
- Das Betreten des Vorraums erfolgt durch den Haupteingang im Obergeschoss.
- Maximal 5 Studierende dürfen den Vorraum gleichzeitig betreten.
- Nach dem Betreten des Vorraums der Schwimmhalle sind die Hände zu desinfizieren.
- Der direkte Durchgang in die Schwimmhalle erfolgt durch den Seminarraum (VOR dem Seminarraum bitte Straßenschuhe ausziehen!).
- Die Teilnehmer*innen der Seminare und der Tutorien nehmen auf der Wärmebank Platz und warten auf den/die Lehrende(n), um den Covid-19 Schnelltest durchzuführen.
- Studierende, welche die betreute freie Übungszeit nutzen, melden sich bei der Aufsicht und führen dort gegebenenfalls den COVID-19-Schnelltest durch.
- Maximal 5 Studierende halten sich gleichzeitig in einem Umkleideraum auf (Umkleide 1: Herren, Umkleide 2: Damen).
- Die einzuhaltenden Abstände (mind. 1,5 m) sind auf dem Boden der Umkleideräume markiert.
- Die Aufenthaltsdauer in den Umkleideräumen und Vorräumen beträgt max. 5 Minuten.
- Die Kleidung wird in eine Tasche gepackt und mit in die Schwimmhalle genommen (BADESCHLAPPENPFLICHT). In den Umkleideräumen dürfen keine persönlichen Gegenstände hinterlassen werden.
- Die Taschen werden auf markierten Bereichen in der Schwimmhalle abgestellt.
- Vor dem Betreten des Schwimmbeckens erfolgt ein Abduschen durch die kalten Duschen in der Schwimmhalle.
- Nach dem Verlassen des Schwimmbeckens besteht die Möglichkeit, sich unter der kalten Dusche abzduschen.
- Das Abtrocknen in der Schwimmhalle erfolgt bei den Taschen (die Duschräume sind gesperrt).
- Es erfolgt ein staffelweises Umziehen in den Umkleideräumen (max. 5 Personen pro Umkleideraum, Umkleide 3: Herren, Umkleide 4: Damen).
- Das Verlassen des Schwimmbades findet durch den Ausgang im Erdgeschoss statt (Föhnen ist untersagt).

3.4 Halle Markstraße (HMA; 1.215 m² => ca. 400 m² pro Hallendrittel)

- Der Zugang erfolgt durch den Haupteingang vorbei an Seminarraum 2 und/oder die Umkleieräume. Das Verlassen der Sportstätte erfolgt durch die Fluchttür(en) der Halle und/oder durch die Umkleidekabinen. Die begegnungsarme Organisation des Zu- und Abgangs liegt in der Verantwortung der Lehrenden.
- Im gesamten Hallenbereich ist das Tragen eines MMNS oder einer FFP 2 Maske verpflichtend. Beim Umkleiden ist der Mund-Nase-Schutz kurzzeitig abzunehmen, sofern die vorgegebene Anzahl an Personen nicht überschritten wird und die Mindestabstände eingehalten werden (Markierungen beachten). Über das Tragen der Maske bei sportlichen Aktivitäten entscheidet die verantwortliche Lehrkraft.
- Die Duschen sind gesperrt.
- Die Toiletten werden nur einzeln genutzt.
- Ein zeitversetzter Beginn zu den Parallelveranstaltungen in der Gymnastikhalle wird empfohlen (15 min). Die jeweiligen Lehrenden müssen sich dazu abstimmen.

3.5 Gymnastikhalle (260 m²)

- Der Zugang erfolgt durch den Haupteingang vorbei an Seminarraum 2 und/oder die Umkleieräume. Das Verlassen der Sportstätte erfolgt durch die Fluchttür der Gymnastikhalle. Die begegnungsarme Organisation des Zu- und Abgangs liegt in der Verantwortung der Lehrenden.
- Im gesamten Hallenbereich ist das Tragen eines MMNS oder einer FFP 2 Maske verpflichtend. Beim Umkleiden ist der Mund-Nase-Schutz kurzzeitig abzunehmen, sofern die vorgegebene Anzahl an Personen nicht überschritten wird und die Mindestabstände eingehalten werden (Markierungen beachten). Über das Tragen der Maske bei sportlichen Aktivitäten entscheidet die verantwortliche Lehrkraft.
- Die Duschen sind gesperrt.
- Die Toiletten werden einzeln genutzt.
- Ein zeitversetzter Beginn zu den Parallelveranstaltungen in der HMA wird empfohlen (15 min). Die jeweiligen Lehrenden müssen sich dazu abstimmen.

3.6 Kraftraum HMA (127 m²): nur im Rahmen von Seminaren und für Mitarbeitende der F. f. S. nutzbar

- Die Nutzung des Kraftraumes durch Mitarbeitende der F. f. S. darf nur erfolgen, wenn ein negativer Antigentest vorliegt, der nicht älter als 24 Stunden sein darf. Die Dokumentation der Anwesenheit und des Testergebnisses erfolgt auf einer Liste, die bei den Hallen- und Platzwarten ausliegt.

- Der Zugang und das Verlassen des Gebäudes erfolgt im Einbahnstraßensystem. Der Zugang zum Kraftraum erfolgt durch den Haupteingang vorbei am Seminarraum 2. Das Verlassen des Kraftraum erfolgt, der Beschilderung folgend, ebenfalls durch den Haupteingang der HMA. Beim Betreten der Anlage HMA und in den Gängen wird von allen Nutzer*innen ein MMNS oder eine FFP 2 Maske getragen.
- Diese(r) darf erst am Trainingsgerät abgenommen.
- Der Kraftraum darf von maximal 6 Personen gleichzeitig genutzt werden. Die maximale Nutzungszeit beträgt 60 min.
- Die Geräte sowie die Freihanteln dürfen grundsätzlich nur von einer Person genutzt werden. Eine Hilfe oder Unterstützung durch eine*n Trainer*in ist nur mit einer FFP 2 Maske der helfenden Person zulässig. Der Mindestabstand beim Trainieren beträgt 3 m.
- Vor dem Eintreten in den Kraftraum erfolgt eine Desinfektion der Hände.
- Kontaktflächen sind, falls möglich, nach jedem Gebrauch mit dem zur Verfügung stehenden Desinfektionsmittel zu reinigen.
- Es wird kein Ausdauertraining (z. B. zum Aufwärmen) durchgeführt.
- Große, selbstmitgebrachte Handtücher müssen untergelegt werden.
- Sportequipment, dessen Kontaktflächen schlecht zu desinfizieren sind (z. B. Matten), darf nicht benutzt werden.

3.7 Leichtathletikanlage

- Der Zugang und das Verlassen der Sportanlage erfolgen durch das Haupttor der Außenanlage im Südwesten. Bei Begegnungen sowie beim Laufen hintereinander und nebeneinander ist ein Abstand von mindestens 1,50 m einzuhalten. Ein Verweilen auf der Zuwegung ist nicht gestattet.
- Ein zeitversetzter Beginn zu den Parallelveranstaltungen auf den Außenanlagen der HMA wird empfohlen (15 min). Die jeweiligen Lehrenden müssen sich dazu abstimmen.
- Händedesinfektion bzw. -reinigung findet an den ausgewiesenen Stellen statt.
- Die Toiletten der HMA dürfen nur von maximal 1 Person betreten werden.

3.8 Rasenfläche Fußball (8.300 m²)

- Der Zugang und das Verlassen der Sportanlage erfolgen durch das Haupttor der Außenanlage im Südwesten. Bei Begegnungen sowie beim Laufen hintereinander und nebeneinander ist ein Abstand von mindestens 1,50 m einzuhalten. Ein Verweilen auf der Zuwegung ist nicht gestattet.
- Ein zeitversetzter Beginn zu den Parallelveranstaltungen auf den Außenanlagen der HMA wird empfohlen (15 min). Die jeweiligen Lehrenden müssen sich dazu abstimmen.
- Händedesinfektion findet im Bereich der Fußwaschanlage statt (3 Plätze).

- Die Toiletten der HMA dürfen nur von maximal 1 Person betreten werden.

3.9 Caspo (Halle 1: 420 m², Halle 2/3: 527 m²)

- Der Zugang zur Halle 1 erfolgt durch den Haupteingang und durch die Eingangstür zu der Halle 1. Die Taschen der Studierenden werden in der Halle gelagert. Alle persönlichen Gegenstände (inkl. der Straßenschuhe) sind in einer geschlossenen Tasche zu verpacken. Der Schuhwechsel erfolgt im Eingangsbereich der Caspo.
- Der Zugang zu den Hallen 2 & 3 erfolgt durch den Geräteraum. Die Taschen werden im Flur unter der Aufgangstreppe zum OG (Badminton, Volleyball) und/oder in der Halle gelagert.
- Im gesamten Hallenbereich ist das Tragen eines MMNS oder einer FFP 2 Maske verpflichtend. Beim Umkleiden ist der Mund-Nase-Schutz kurzzeitig abzunehmen, sofern die vorgegebene Anzahl an Personen nicht überschritten wird und die Mindestabstände eingehalten werden (Markierungen beachten). Über das Tragen der Maske bei sportlichen Aktivitäten entscheidet die verantwortliche Lehrkraft.
- Die 2 Toiletten im Obergeschoss werden nur einzeln genutzt.
- Das Verlassen der Hallen 1 und 2/3 erfolgt durch die Umkleidekabinen im Obergeschoss oder die Eingangstür zu Sporthalle, sofern die Abstandsregeln eingehalten werden können. Die maximale Personenzahl pro Raum darf nicht überschritten werden. Die vorgegebenen Mindestabstände (1,5 m) sind einzuhalten. Die Markierungen sind zu beachten.

3.10 Kunstrasen an der Caspo

- Der Zugang und das Verlassen der Sportanlage erfolgt durch das Haupttor.
- Desinfektionsspender befinden sich an den Eingängen zu der Sportstätte.
- Die Toiletten in der Caspo dürfen nur von maximal 1 Person betreten werden.

4 Sportarten & Bewegungsfelder

4.1 Modul 2

4.1.1 Schwimmen

Allgemeine Abstandsregelung (nach Deutscher Schwimm-Verband e.V. 04.05.2020)

Tätigkeit	Mindestabstand
An Land stehend, ohne Übungen auszuführen. Zum Beispiel beim Anstehen für den Einlass in die Sportstätte.	1,5 Meter

Beim Ausführen von Sportübungen (an Land), zum Beispiel Krafttraining oder bei aufrechter Haltung im Wasser.	2,0 Meter
Im Wasser beim Schwimmen von Bahnen und bei Übungen in der Sportart Wasserball	2,0 bzw. 3,0 Meter (Ausnahmen siehe sportartspezifische Verhaltensregeln)

Schwimmbecken:

- Leinen spannen, um den Teilnehmer*innen die Einhaltung der Abstände im Becken zu vereinfachen.
- Kopfsprünge ins Wasser sind nur mit einem Abstand von 2 m zu beiden Seiten vorzunehmen. Im Regelfall sind die Ein- und Ausstiegleitern an den Längsseiten zu nutzen. Einstiege nahe der Startseite, Ausstiege nahe der Wendenseite.
- Begegnungsverkehr im Wasser innerhalb einer Schwimmbahn muss ausgeschlossen werden.
- Bei Ansagen durch Trainer*innen, während sich die Sportler*innen im Wasser befinden, soll ein Mikrofon/Megafon genutzt werden.
(vgl. Deutscher Schwimm-Verband, 2020, S. 8)

Hilfsmittel:

Da der Virus im Chlorwasser abgetötet wird, ist eine Oberflächenkontamination auszuschließen. Die Materialien müssen dementsprechend nicht desinfiziert werden. Auf Hilfsmittel, die nur im Trockenen verwendet werden, ist zu verzichten (vgl. Schwimmverband NRW, 2020, S. 18).

Zusatz Rettungsschwimmausbildung:

Die Beatmung bei der HLW an Land wird weggelassen, es wird nur der Pumprhythmus an der Übungspuppe ausgeführt. Vor dem nächsten Nutzer wird die Puppe desinfiziert.

Die dazugehörigen „Abschleppübungen“ im Wasser werden mit festem Partner durchgeführt und auf eine Ausführungszeit von maximal 5 Minuten begrenzt.

Quellen:

Deutscher Schwimm-Verband e.V. (2020). DSV-Leitfaden. Voraussetzung für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben schaffen. Teil 1 Allgemeine Hinweise. Arbeitsstand 04. Mai 2020. Zugriff am 11.05.2020 unter

https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/200504_RW-Vorlage_DSV_Leitfaden_Vereine-DOSB-EF.pdf

Schwimmverband NRW e.V. (2020). Empfehlungen für den Wiedereinstieg in den Vereinssport. 18.05.2020. Zugriff am 22.05.2020 unter

https://www.swimpool.de/fileadmin/Redaktion/infos_und_beratung/Leitfaden_SV_NRW_-_18.05.20.pdf

4.1.2 Tanz (inkl. Gymnastik, Entspannungsverfahren, Rückenschule (Dr. M. Schütte, Dr. D. Temme))

- Die Anzahl der Studierenden pro Seminar in der Gymnastikhalle liegt bei 10-20 Personen (je nach Thema, Aufgabenstellung & Aktivität). Die Anzahl der je körperlich aktiven Studierenden wird situativ verringert/halbiert oder es erfolgt eine vollständige Teilung in zwei Unterrichtsräumen. 2 SWS erfolgen damit als eine Zeitstunde (1h) mit intensiverer Begleitung in den halbierten Gruppen. Die Entscheidung zur Teilung in zwei Unterrichtsräumen obliegt der Lehrkraft je nach Thematik der jeweiligen Lehrereinheit(en).
- Besprechungen und Ansprachen erfolgen immer mit dem nötigen Abstand von mindestens 1,5 m.
- Die Desinfizierung der Bedienfelder und Anschlüsse der Musikanlage, der Ballettstange, der Sprossenwand erfolgt vor und nach der Benutzung.
- Bei Gerätearbeit wird der Wechsel der Geräte mit anderen Studierenden vermieden, die Geräte werden vor und nach der Benutzung desinfiziert.
- Die Nutzung der Gymnastikmatten ist nur mit Auflage von Decken, die selbst mitgebracht und von den Teilnehmer*innen gewaschen werden, möglich.
- Tanzstile mit Partner*innen- und Gruppenbezügen werden nur kontaktlos als „Solotänze“ mit individuellen Ausführungen/Variationen thematisiert.
- Partner*in- und Gruppenakrobatik findet nicht statt.
- Es erfolgen keine taktilen Korrekturen sowie kein Helfen und Sichern über Körperkontakt.
- „Wir machen das Problem zum Thema“ – in der Gestaltungs- und choreographischen Arbeit in Gruppen werden „Abstand halten“, „Kommunizieren – virtuell, körpersprachlich, kontaktlos“, „Kontakträume“... als Oberthemen auch für die Prüfung im Kompositionsteil vorgegeben.
- Die praktischen Prüfungsteile werden je nach Verlauf des Infektionsgeschehens modifiziert, dies betrifft beispielsweise die Frage der Erarbeitung in/von Gruppen- oder Solokompositionen.

4.1.3 Gerätturnen (A. Conrad)

- Wenige Partnerübungen, permanente Übungsgruppen bilden (3-4 Personen).

- Eingeschränktes Helfen und Sichern durch Trainer*innen und Mittrainierende. (Hilfeleistung ist zum Schutz der Athleten*innen erlaubt, wenn der*die Trainer*in erkennt, dass der*die Athlet*in Schaden nehmen könnte.)
- Daher sind nur moderate Aktivitäten möglich. Riskante und nicht beherrschte Elemente sind zu vermeiden.
- Entsprechende Trainingsformen und -inhalte wählen, um Distanz wahren zu können und Körperkontakte zu vermeiden.
- Nicht barfuß oder auf Socken trainieren (Turnschlappen sind Pflicht).
- Grundsätzlicher Mund-Nasen-Schutz während des Betretens und Verlassens der Räumlichkeiten sowie auf Anordnung des Lehrenden auch während Theorieeinheiten.
- Verpflichtende Verwendung von Magnesia an Barren, Reck, Ringe.

4.1.4 Leichtathletik (C. Osenberg, F. Hanakam)

Die Studierenden werden im Vorfeld leichtathletischer Veranstaltungen über die Besonderheiten zur Einhaltung eines kontaktarmen Ausbildungsbetriebes informiert. Dazu zählen die Hygienemaßnahmen, Distanzregeln, die Aufklärung von Risikogruppen und Hinweise zu einem verantwortungsvollen Umgang der Kommiliton*innen untereinander. Die maximale Gruppengröße in den Lehrveranstaltungen beträgt 20 Personen.

- Der Lehrbetrieb wird soweit wie möglich im Freien auf der Leichtathletikanlage stattfinden.
- In unmittelbarer Nähe des USC-Holzblockbohlenhauses werden die Schnelltests, Vor- und Nachbesprechungen durchgeführt. Sollten Praxisinhalte witterungsbedingt nicht draußen stattfinden können, wird die Halle Markstraße genutzt.
- Der Lehrveranstaltungen werden überwiegend von den verantwortlichen Dozenten durchgeführt. Nach vorheriger Abstimmung können Lehrproben auch von Studierenden abgehalten werden.
- Der Einsatz von Partner-Übungen und Trainingsformen mit Körperkontakt (z. B. Hilfestellung beim Stabhochsprung) wird auf ein notwendiges Mindestmaß reduziert.
- Alle Materialien (Bälle, Speere, Disken) sollen möglichst mit einer festen Zuordnung (pro Person ein Gerät) verwendet werden. Eine gemeinsame Nutzung von Materialien in schneller Abfolge (z.B. Staffelstäbe, Bälle, Speere etc.) soll vermieden werden.
- Es werden Markierungen u. Medien (Skizzen) zur Einhaltung von Organisationsformen gewählt, die den nötigen Mindestabstand von 1,50 m sichern.
- Läufe in engen Pulks (z.B. beim Einlaufen) müssen vermieden werden.
- Mit Personen, die zu Risikogruppen gehören, werden Gespräche geführt um individuelle Lösungen zu entwickeln.

Tutorien/beaufsichtigte Übungszeiten Leichtathletik:

- Ein leichtathletisches Training ist nur in Gegenwart eines Tutors möglich. Ausnahme bilden die betreuten Übungszeiten durch Teilnehmer*innen des SPF LA, die wie die Zeiten der Tutorien auf der Homepage, in Moodle und im Schaukasten der HMA veröffentlicht werden.
- Für eine Teilnahme am Training melden sich die Studierenden bei den oben genannten Personen persönlich an.
- Es dürfen maximal 15 Studierende gleichzeitig auf der Anlage trainieren. Diese Regelung gilt auch wenn Lehrveranstaltungen parallel auf der Anlage stattfinden. Unabhängig davon sind die erforderlichen Abstandsregeln permanent einzuhalten. Die Mitnahme zusätzlicher Taschen o. ä. ist auf ein Minimum zu beschränken.
- Die Studierenden müssen sich mit Angabe des Zeitfensters entsprechend des Nutzungskonzeptes in die Anwesenheitslisten der verantwortlichen Personen eintragen.
- Zur Nutzung von Geräten (Ausnahme Stabhochsprungstäbe) kann ein Schlüssel für die Garage bei den Hausmeistern HMA gegen Vorlage des Studierendenausweises entliehen werden.

4.2 Modul 3

4.2.1 Badminton (A. Luh)

Das vorgestellte Konzept wird den aktuellen Veränderungen der Entwicklung der Pandemie entsprechend den sich verändernden Vorgaben des zuständigen Ministeriums und der betreffenden Fachverbände angepasst (s. Quellen).

- Vor Beginn der ersten Lehrveranstaltung wird an einem ausgemachten Treffpunkt vor der Caspo mit genügend Sicherheitsabstand festgelegt:
 - Wie die Wege in der Caspo, zu den Toiletten, die Wege zum Netzaufbau und zu den Spielfeldern verlaufen.
 - Wie der sicherheitsadäquate Aufbau-/Abbau der Felder unter Wahrung des Sicherheitsabstandes vor/nach dem Lehrbetrieb erfolgt.
 - Dass der sonst übliche Aufenthalt im Geräteraum nicht zulässig ist.
- 4 Studierende können auf einem Badminton-Spielfeld gemeinsam üben, trainieren und spielen. Markierungen zur Wahrung des Sicherheitsabstandes sind nicht erforderlich, da ein Sicherheitsabstand gewährleistet ist.
- In gesondert anzuweisenden Theoriephasen vor dem Whiteboard oder in Phasen der Beamer-Nutzung ist der Sicherheitsabstand einzuhalten.
- Seiten- und Spielfeldwechsel sind gestattet, bei den Wechselwegen sind die Sicherheitsabstände einzuhalten.
- Ebenso gilt der Sicherheitsabstand bei Aufwärmphasen.
- Taktile Bewegungshilfen entfallen.

- Das Doppel- und das Mixedspiel sind zulässig. Körperkontakt und bestätigendes Abklatschen oder Begrüßung mit Handshake sind untersagt/zu vermeiden.
- Jede/r Studierende nimmt ein kleines Handtuch zum Schweißabwischen und eine Plastik-Wasserflasche auf sein Spielfeld.

Quellen:

[https://www.badminton-nrw.de/index.php?id=123&tx_ttnews\[tt_news\]=3615](https://www.badminton-nrw.de/index.php?id=123&tx_ttnews[tt_news]=3615) Zugriff am 02.04.2021

[https://www.badminton-nrw.de/index.php?id=123&tx_ttnews\[tt_news\]=3623](https://www.badminton-nrw.de/index.php?id=123&tx_ttnews[tt_news]=3623) Zugriff am 02.04.2021

4.2.2 Basketball (H. Remmert)

Das vorliegende Konzept zur Durchführung der sportpraktischen Ausbildung im Mannschaftssportspiel Basketball im Sommersemester 2020 orientiert sich bzgl. der wesentlichen Sicherheitsbestimmungen an den offiziellen Handreichungen des DBB („6-Stufen-Plan“ vom 30.04.2020, aktualisiert am 12. und 26.05.2020).

In der Präsenzphase der Vorlesungszeit wird die basketballspezifische Ausbildung von den grundlegenden und weitgehend interaktionsarmen Individualtechniken bis zum regelkonformen, interaktiven Spielformen im 3x3 und 5x5 realisiert. Die theoretischen Kenntnisse werden begleitend innerhalb der Sporthalle unter Beachtung der gültigen 1,5-m-Abstandsregeln vermittelt. Die Verknüpfung von Theorie und Praxis erfolgt hauptsächlich in interaktiven Lehrproben-Settings.

Die Ausbildungspraxis folgt den inhaltlichen Aspekten der DBB-Stufen 4 („Training in Kleingruppen mit & ohne Körperkontakt“) und 5 („Mannschaftstraining“). Die organisatorischen Voraussetzungen und Einschränkungen („Hygieneregeln“) richten sich nach der jeweils gültigen Corona-Schutzverordnung des Landes Nordrhein-Westfalen.

- Die TN-Zahl der Basketballseminare wird auf 22 begrenzt.
- Spielnahe Kleingruppenübungen vom 1x1 bis 3x3 sind ohne Einschränkungen möglich. Kleingruppen werden sukzessive bis zu wettkampfnahen Spielformen 3x3 und 5x5 zusammengeführt.
- Kleingruppen und Partner bei Übungen bleiben möglichst konstant, Wurfübungen erfolgen unter Einhaltung der Abstandsregeln.
- Ausbilder halten die Abstandregelungen zu den TN ein, Erklärungen auf Taktikboard/Tafel erfolgen unter Einhaltung der Distanzregelungen.
- Spielgeräte (Bälle) werden über die Dauer der Übungseinheit zwischen Kleingruppen möglichst nicht getauscht.

- Unter Teilnehmer*innen und Ausbilder*innen findet kein Händeschütteln, Abklatschen oder ähnlicher, für den Übungsbetrieb unnötiger Körperkontakt, statt.
- Jede/r Teilnehmer*in nutzt eigene Trinkflaschen und Handtücher, lagert diese während des Übungsbetriebs in einem räumlich abgetrennten Bereich der Sporthalle und nimmt persönliche Gegenstände im Anschluss an die Praxiseinheit mit nach Hause.

Quellen:

DBB (2020). Empfehlungen des Deutschen Basketball Bundes e. V. für den Wiedereinstieg in den Trainings- und Wett-kampfbetrieb. Zugriff am 19.10.2020 unter https://www.basketballbund.de/wp-content/uploads/DBB_Wiedereinstieg-update.pdf

DBB (2020). Hygienekonzept des Deutschen Basketball Bundes zur Wiederaufnahme des Trainings- und Spielbetriebs. Zugriff am 19.10.2020 unter https://www.basketball-bund.de/wp-content/uploads/Back_on_Court_Konzept_DBB_final_04082020.pdf

FIBA (2020). Restart Guidelines for National Federations. Zugriff am 19.10.2020 unter <http://www.fiba.basketball/documents/restart-guidelines-for-national-federations-en>

4.2.3 Fußball (A. Frytz)

Rasenfläche Fußball HMA/Kunstrasen Caspo:

- Eine Platzhälfte bzw. der gesamte Kunstrasenplatz soll von maximal einer Kursgruppe genutzt werden.
- Alle Trainingsformen werden unter der Voraussetzung der DOSB-Leitplanken, vor allem der Abstandsregeln, durchgeführt.
- Bildung von kleineren Gruppen in der Praxis, die im Optimalfall bei jeder Trainingseinheit in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen.
- Die Größe der Kleingruppen unterliegt den jeweils gültigen Verordnungen der Länder (siehe DOSB-Leitplanken und CoronaSchVO).
- Vermeiden von Spucken und von Naseputzen auf dem Feld.
- Kein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.
- Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Trainingsübungen.
- Schwerpunkt der angepassten Maßnahmen ist das technisch-taktisch individuelle Training unter Beachtung der Abstandsregel.
- Techniktraining wird hauptsächlich in kleinen Übungsformen ohne Kontaktzweikämpfe durchgeführt.
- Es soll vermieden werden, dass der Ball in die Hand genommen wird.
- Auf Kopfbälle wird verzichtet.

- Nachbesprechungen der Kursinhalte und Ansprachen erfolgen auf dem Platz unter Beachtung des Mindestabstands von 1,5 m und dem Aufsetzen einer FFP 2 Maske.

Halle Markstraße:

- Es befinden sich excl. Ausbilder max. 20 (24 Spezialfach Fußball) Teilnehmer*innen in der gesamten Dreifachhalle.
- Die Theorievermittlung sowie Nachbesprechungen der Praxisinhalte erfolgen in der Dreifachhalle mit studentischen Gruppen von bis zu 24 Teilnehmer*innen unter Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 m. Das Tragen von FFP 2 Mundschutz ist in diesen Unterrichtsphasen erforderlich.
- Erklärungen auf Taktikboard/Tafel erfolgen unter Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 m.
- Der Schwerpunkt der angepassten Maßnahmen ist das technisch-taktisch individuelle und kleingruppenorientierte Training unter Beachtung der Abstandsregel.
- Auf intensiven Körperkontakt wird verzichtet.
- Die Inhalte werden in spielnahen kleinen Übungs- und Spielformen (Kleingruppen 3x3, 4x4, 5x5) erarbeitet.

Quelle:

https://assets.dfb.de/uploads/000/224/021/original_Web_Zurueckaufden-Platz_V3.pdf?1593185198 (Zugriff am 09.04.2021).

4.2.4 Handball (J. Uhrmeister)

Die relevanten Punkte der Handballausbildung orientieren sich am 8-Stufenplan, der im DHB-Positionspapier „Return-To-Play“ vom 01.05.2020 beschrieben ist. Für das Wintersemester 2020/2021 wird geplant, in Stufe 6 zu agieren, in der neben einer handballerischen Theorieausbildung auch ein handballspezifisches Agieren mit Zweikämpfen mit Vor-Ort-Anleitung durch die Seminarleitung und bis zur vollen Kursstärke möglich ist. Gemäß der Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 (Coronaschutzverordnung – CoronaSchVO) vom 30. September 2020 in der ab dem 17. Oktober 2020 gültigen Fassung ist die Ausübung von Kontaktsportarten ohne Mindestabstand zulässig, wenn eine Rückverfolgbarkeit sichergestellt ist. Die Allgemeinverfügung für das Gebiet der Stadt Bochum vom 15. Oktober 2020 regelt nichts Abweichendes zum Handball!

Quellen:

DHB (2020). Positionspapier zum Return-To-Play im Amateursport. Zugriff am 01.05.2020 unter <https://www.dhb.de/de/redaktionsbaum/verband/20200430-returntoplay-amateursport>

DOSB (2020). Information zum Coronavirus und Leitplanken für den Vereinssport. Zugriff am 01.05.2020 unter <https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus>

Stadt Bochum (2020). Allgemeinverfügung für das Gebiet der Stadt Bochum vom 15. Oktober 2020. Zugriff am 18.10.2020 unter <https://www.bochum.de/media/Amtsblatt-53-/-2020-vom-16.-Oktober-2020---Sonderausgabe-->

4.2.5 Hockey (G. Linowsky)

- Handdesinfektion vor der Nutzung der Leihschläger sowie der Torwartausrüstung und hygienische Flächenreinigung der Griffbereiche nach dem Kurs.
- Handkontakte mit den Bällen sind möglichst zu vermeiden.

4.2.6 Volleyball (T. Kittel)

- Körperkontakt ist im Volleyballsport nicht notwendig und muss vermieden werden (im Training und Spiel sind sämtliche kontaktförderlichen Situationen zu vermeiden – bspw. keine Abwehrübungen mit zwei Personen auf dem Feld durchführen).
- Aufschläge in die Zwischenräume zwischen zwei Personen sind zu unterlassen.
- Nach Rücksprache mit der medizinischen Kommission des DOSB scheint das Risiko der Ballberührung, laut Einschätzung der Experten, gering. Der Ball sollte häufig gereinigt werden und ggfs. sollte pro Person ein eigener Ball verwendet werden.
- Der Abstand zum Netz muss immer gewahrt werden. Empfohlen werden Spiel- und Trainingsformen ohne Block und ohne Angriff am Netz. Dies ermöglicht die bestmögliche Einhaltung der Abstandsregeln (ca. 1-2 Meter Netzabstand).
- Das Risiko sich anzustecken kann durch die Nähe zu Trainingspartner*innen erhöht werden. Es ist daher darauf zu achten, den Mindestabstand von 2 m einzuhalten.
- Betreuer*innen und Begleitpersonen sollten außerhalb des Spielfeldes einen Mund-Nasenschutz tragen.
- Alle Bälle sollten nach dem Training gereinigt werden.
- Eine Trainingsgruppe sollte in der Regel aus maximal 8 Personen pro Spielfeld bestehen.

Quellen:

Grundlage der Empfehlungen sind die entsprechenden Veröffentlichungen des DOSB und des DVV (<https://www.volleyball-verband.de/de/redaktion/2020/maerz/update-coronavirus/>)

4.2.7 Tennis (J. Uhrmeister)

Mit Datum vom 26.03.2021 wurde die ab dem 5.03.2021 gültige Coronaschutzverordnung des Landes NRW nochmals aktualisiert. Diese ist ab dem 29.03.2021 gültig. Der für den Sport überwiegend relevanter § 9 wurde nicht verändert, das bedeutet für den universitärer Ausbildungsbetrieb:

- Ein Mindestabstand zwischen den Studierenden von mindestens 1,5 m wird beim Betreten des Platzes bis zur negativen Rückmeldung nach Corona-Selbsttestung eingehalten.
- Während der Unterrichts- bzw. Theorieeinheiten in Seminarräumen oder dem Tennishäuschen auf dem Platz herrscht Maskenpflicht. Beim Spielen im Freien bei bis zu 5 Personen auf einem Platz kann die FFP2-Maske abgenommen werden. Auf einen Abstand von 1,50 m zu Mitspieler*innen soll dennoch geachtet werden. In der HMA herrscht durchgängig Maskenpflicht!
- Bei Übungsformen und im freien Spiel befinden sich maximal 6 Spieler*innen auf einem Tennisplatz.
- Auf die im Tennis obligatorischen Handshakes wird verzichtet.
- Sowohl vor Betreten des Tennisplatzes als auch nach Verwendung von Materialien für die Platzpflege (u. a. Schleppnetze) wird eine Handreinigung und_-desinfektion eigenverantwortlich vorgenommen.

Quellen:

Westfälischer Tennisverband, Zugriff am 02.04.2021 unter: <https://www.wtv.de/#/article/Aktualisierung-der-Coronaschutzverordnung>

4.2.8 Tischtennis (J. Dassow) kein Angebot im Sommersemester

- Die Sporttaschen werden in der Halle und in einem Abstand von 1,5 m auf den Langbänken, die sich gegenüber der Fensterseite an der Wand befinden, abgestellt.
- Zum Herausholen der Tische und weiterer Materialien befinden sich maximal 2 Personen im Geräteraum.
- Kein „Shakehand“ (was beim Tischtennis vor und nach den Matches eigentlich üblich ist).
- Es wird kein Doppel und kein Rundlauf gespielt.
- Übungsformen sind so durchzuführen, dass der Mindestabstand von 1,5 m stets gewahrt ist.

4.3 Modul 4

4.3.1 Beachvolleyball (T. Kittel, s. Modul 3 Volleyball)

4.3.2 Judo (A. Andree)

Vorausgesetzt wird die Gültigkeit des Beschlusses der Landesregierung zur Aufnahme von Kontaktsportarten ab dem 30.05.2020. Ebenso werden die Voraussetzungen zur Einhaltung der allgemeinen Hygienemaßnahmen innerhalb der CasSpo vorausgesetzt.

Zusätzlich können als weitere Maßnahmen beschlossen werden:

- Zuteilung einer*ines festen Partnerin*Partners für die Zeit der Praxisstunden (insgesamt wenig Partnerwechsel während der Praxisstunden).

- Das Tragen eines Mund-Nasenschutzes nach/bei Bedarf.
- Ausleihe der Judogi gegen Kautionszahlung möglich. Die Ausleihe erfolgt im Anschluss an die Kursstunden.
- Mattenaufbau und -abbau erfolgt durch die Studierenden selbst, gleiches gilt für die Reinigung der Judo-Matten nach der Kursstunde (nach Bedarf).
- Hände und Füße müssen gewaschen sein (die Matten sind barfuß zu betreten, beim Mattenaufbau und -abbau sind Schlappen zu tragen).
- Die Matten werden als Gesamtfläche aufgebaut. Im Bedarfsfall können sie als Matteninseln mit ausreichend Platz zu den anderen Paaren aufgebaut werden.
- Die Kursinhalte werden angepasst (im Bedarfsfall kein Wettkämpfen und kein Randori mit verschiedenen Partner*innen).

4.3.3 Klettern indoor (M. Cronrath)

- Beim Betreten des Hallenteils gelten die allgemeinen Bestimmungen der HMA.
- Während des Unterrichts ebenso wie in freien Phasen an der Kletterwand ist ein allgemeiner Mindestabstand von 1,5 m eigenständig durch alle Anwesenden einzuhalten.
- Um den Mindestabstand von 1,5 m einhalten zu können, darf jeweils nur jedes zweite Seil benutzt werden. Dies hat zur Folge, dass bei optimaler Ausnutzung der elf zur Verfügung stehenden Umlenkungen maximal sechs Personen gleichzeitig klettern können.
- Der Partnercheck erfolgt gemäß den Empfehlungen des DAV auf Distanz: „Die Partner fordern sich gegenseitig zur Überprüfung von Knoten, Karabiner, Sicherungsgerät und Gurt auf und beobachten sich dabei gegenseitig.“
- Gurte und Sicherungsmaterial werden zur Wahrung des Abstands von jeder Person einzeln aus dem Schrank genommen und auch ebenso wieder zurückgelegt.
- Das Verwenden von Liquid Chalk ist ausdrücklich erlaubt, da es zusätzlich zur regelmäßigen Handhygiene die Hände desinfiziert.
- Das Seil darf beim Clippen im Vorstieg nicht in den Mund genommen werden.

Quellen:

https://www.alpenverein.de/bergsport/aktiv-sein/empfehlungen-des-dav-zum-bergsport-in-zeiten-des-coronavirus_aid_34920.html, Zugriff am 23.10.2020

4.3.4 Klettern/Bergwandern (M. Cronrath)

- Beim Unterricht in der Halle Markstraße gelten die gleichen Vorgaben wie im Kapitel „Klettern indoor“ aufgeführt.

Gesundheitsschutz beim Unterricht in anderen Kletteranlagen

- Beim Besuch einer externen Kletteranlage z. B. Neoliet sind die dort gültigen Sicherheitsauflagen einzuhalten. Dies betrifft insbesondere das Eingangsprocedere.
- Beim Klettern an der Wand decken sich die Vorgaben weitestgehend mit den oben genannten Maßnahmen (<https://www.neoliet.de/faq-corona/#bochum>).

Gesundheitsschutz beim Klettern am Fels

- Beim Unterricht am Fels z. B. im Rahmen der Exkursion ist eigenständig auf einen Abstand zwischen den Teilnehmer*innen von 1,5 m zu achten.
- Dazu werden Felsmassive gewählt, welche ausreichend groß sind ~~gewählt~~.
- Auch der Bereich am Wandfuß muss ausreichend Platz hergeben, damit das Einhalten des Mindestabstands gewährleistet werden kann. Dazu werden nur Felsen mit flachem Gelände am Wandfuß angesteuert.
- Felsen mit viel Andrang oder anderen Klettergruppen werden grundsätzlich gemieden. Das Exkursionsziel stellt bei vorhandener Mobilität ein spontanes Ausweichen durch eine Vielzahl von geeigneten Felsmassiven sicher.
- Alle Teilnehmer*innen verwenden ihr eigenes Material, sodass der Tausch untereinander auf ein Minimum reduziert wird.
- Die Seilschaften bleiben über die Exkursion bestehen, sodass eine Durchmischung von Kontaktpersonen vermieden wird.
- Es werden die allgemeinen Empfehlungen des Deutschen Alpenvereins insbesondere derer zum Fels klettern eingehalten (https://www.alpenverein.de/bergsport/aktiv-sein/empfehlungen-des-dav-zum-bergsport-in-zeiten-des-coronavirus_aid_34920.html).

Quellen:

https://www.alpenverein.de/bergsport/aktiv-sein/empfehlungen-des-dav-zum-bergsport-in-zeiten-des-coronavirus_aid_34920.html, Zugriff am 08.04.2021

<https://www.neoliet.de/faq-corona/#bochum>, Zugriff am 08.04.2021

4.3.5 Rudern (A. Kahnert)

Rudern ist eine kontaktlose Sportart und wird im Freien betrieben. Beim Training im Freien hat eine Person ein geringes Risiko, sich anzustecken. Das Risiko kann sekundär durch die Nähe zu anderen Kursteilnehmer*innen bei der Interaktion auf dem Bootshausgelände, der Materialpflege und beim Zuwasserlassen der Boote erhöht werden. Durch die folgenden Maßnahmen wird der Infektionsschutz durch Einhaltung von Distanzvorgaben maximal erhöht.

Persönliche Hygiene

- Die Hände sind vor und nach dem Rudern zu desinfizieren (oder gründlich zu waschen).
- Die Griffe der Skulls sind nach dem Training zu desinfizieren und/oder intensiv zu reinigen.

- Alle Geräte, Ergometer, Hanteln usw. sind nach Gebrauch an den Kontaktstellen mit einem vom RKI zugelassenen Desinfektionsmittel zu behandeln.
- Türen im Bootshaus sind möglichst offen zu halten, um die Nutzung von Türgriffen zu minimieren.

Distanzregeln einhalten

- Der Mindestabstand von 1,5 m muss eingehalten werden. Sollte dies nicht möglich sein, z. B. bei der Hilfe zum Einstieg ins Boot, ist eine Maske zu tragen.
- Umkleieräume und Duschen bleiben geschlossen (sie dürfen nur im Ausnahmefall nach Kenterung benutzt werden).
- Trainingsgruppen werden verkleinert. Die Ausbildung erfolgt überwiegend gestaffelt in Kleingruppen von bis zu 5 Personen.

Quellen:

**Nach den sportartspezifischen Übergangsregeln des Deutschen Ruderverbands. Die Regeln basieren auf Empfehlungen des Wissenschaftsrates der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention e.V., modifiziert nach einer Empfehlung der Kommission für Sportmedizin des Weltruderverbandes (FISA)*

4.3.6 Spielen (A. Kahnert)

- Sämtliche Spiele werden so gestaltet, dass ein intensiver Kontakt in der ~~in-der~~ Gesamtgruppe vermieden wird.
- Wird in Kleingruppen intensiver agiert, so werden diese namentlich dokumentiert.
- Bei vertrauensbildenden Übungen mit Augenbinden wird eine Augenbinde je TN ausgegeben und bis zum nächsten Einsatz gereinigt. Das Mitbringen einer eigenen Augenbinde ist gestattet bzw. ausdrücklich erwünscht.
- Die eingesetzten Materialien werden nach Benutzung gesäubert (s. Kap. 2 „Hygienische Flächenreinigung“).
- In Reflexions- und Planungsrunden wird ein Mindestabstand von 1,5 m eingehalten.

4.3.7 Trampolinturnen (A. Conrad)

Sport und Bewegung sollen kontaktarm durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.

- Keine Partnerübungen, permanente Übungsgruppen bilden (max. 5 Personen), die für das Auf- und Abbauen eines Gerätes sowie für dessen Desinfektion verantwortlich sind.
- Kein Helfen und Sichern durch Trainer*innen und Mittrainierende. (Hilfeleistung ist zum Schutz der Athleten*innen erlaubt, wenn die*der Trainer*in erkennt, dass der/die Athlet*in Schaden nehmen könnte.).

- Daher sind nur moderate Aktivitäten möglich. Riskante und nicht beherrschte Elemente sind zu vermeiden.
- Entsprechende Trainingsformen und -inhalte wählen, um Distanz wahren zu können und Körperkontakte zu vermeiden.
- Nicht barfuß oder auf Socken trainieren (Turnschlappen sind Pflicht).
- Grundsätzlicher Mund-Nasen-Schutz während des Betretens und Verlassens der Räumlichkeiten sowie auf Anordnung des Lehrenden auch während Theorieeinheiten.
- Desinfizieren der Sportgeräte und Hilfsmittel nach jeder Trainingseinheit durch die trainierenden Personen (soweit möglich).

4.3.8 Rugby (V. Lange-Berlin)

- Bei den praktischen Einheiten werden die Studentinnen und Studenten nur in Kleingruppen von max. 10 Personen üben. Aufgrund der großen Raumangebote (Sportplatz Markstraße) wird so sichergestellt, dass die Abstandsregeln eingehalten werden.
- Rugbyspezifische Gruppen-Kontaktsituationen (Paket, Gedränge, Gasse) werden in der Veranstaltung nur theoretisch thematisiert.
- Beim Tackle wird besonders auf eine tiefe Körperposition geachtet, um direkten Gesichtskontakt zu vermeiden.
- Es findet ein ausreichender Luftaustausch statt, da die Veranstaltung im Freien stattfindet.
- Die Spielgeräte werden regelmäßig desinfiziert.
- Für alle Trainingsformen gelten die Grundlagen des DRV (Deutscher Rugby Verband)
- Ein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln werden vermieden.
- Techniktraining wird hauptsächlich in kleinen Übungsformen ohne Kontaktzweikämpfe durchgeführt.
- Nachbesprechungen der Kursinhalte und Ansprachen erfolgen auf dem Platz unter Beachtung des Mindestabstands von 1,5 m.

4.3.9 Yoga (B. Rüffin)

- Sowohl für die Theorie-, als auch für die Praxisteile kommen die in der Gymnastikhalle vorhandenen Matten zum Einsatz.
- Alle Teilnehmenden bringen ein eigenes, ausreichend großes Handtuch mit, welches zwischen den Studierenden und Matte platziert wird. Außerdem erfolgt nach der Benutzung eine hygienische Flächenreinigung der Matte durch die Studierenden.
- Es wird ein Mindestabstand zwischen den einzelnen Matten von mind. 2,5 Metern gewährleistet.

4.4 Sonstige Veranstaltungen

4.4.1 Funktionelle Anatomie

Allgemein:

- Zur Aufklärung von Infektionsketten sind Kontaktdaten (Anwesenheit) zu erfassen.
- Der Mindestabstand von 1,5m ist, wann immer möglich, einzuhalten.
- Wenn möglich, Beschränkung der Teilnehmer*innen oder Nutzung eines hinreichend großen Raums.

Praxisphasen

- Eine FFP 2 Maske ist verpflichtend.
- Durchführung der Tests nur mit geeigneten Einmal-Handschuhen.
- Vor Beginn der Praxisphase ist gründliches Händewaschen verpflichtend.
- Benötigte Materialien (z.B. Goniometer, Maßbänder, aber auch Kleingeräte wie z. B. Therabänder) sind vor und nach dem Gebrauch zu reinigen und zu desinfizieren.
- Es sind eigene, große Handtücher mitzubringen, um die Matten möglichst vollständig zu bedecken. Die Matten werden vor und nach jeder Einheit gereinigt und desinfiziert.
- Innerhalb der Präsenzphase sind in den Praxisphasen möglichst feste „Übungsstandems“ und Kleingruppen zu bilden.

4.4.2 Erlebnis- und Abenteuersport (A. Schreiber-Diaz)

- Bei vertrauensbildenden Übungen mit Augenbinden wird eine Augenbinde je TN ausgegeben. Die Augenbinden bleiben bis zum Ende des Seminars im Besitz der Studierenden und werden anschließend gereinigt. (Bei 60 Grad in der Waschmaschine.) Das Mitbringen einer eigenen Augenbinde ist gestattet bzw. ausdrücklich erwünscht.
- Für jede Übung/Spiel/erlebnissportliche Aktion wird neben den üblichen Teamrollen die Rolle des Sicherheitsbeauftragten eingeführt, um konsequent die Einhaltung der Hygiene- und Nutzungsbestimmungen der F. f. S. vom 30.05.2020 zu gewährleisten.
- Sämtliche erlebnissportlichen Übungen werden so gestaltet, dass in Untergruppen von max. 4 Personen intensiver agiert wird, um näheren Kontakt in der Gesamtgruppe möglichst zu verhindern. Diese Untergruppen bleiben bis zum Ende des Seminars bestehen und werden dokumentiert.
- Den erlebnissportlichen Übungen wird zudem Material beigelegt, um kreativ den Abstand von mindestens 1,5 m zwischen den Studierenden einhalten zu können und Körperkontakt weitestgehend auszuschließen.
- In Reflexions- und Planungsrunden wird ein Mindestabstand von 1,5 m gehalten.

- Beim Besuch im Hochseilgarten werden überdies die Vorgaben des Gesundheits- und Hygienekonzepts des Betreibers (Stadt Wuppertal) eingehalten. Dieses ist in der Anlage (Kap. 7) angehängt.
- Sämtliches Material, das im Rahmen des Seminars durch den Lehrbeauftragten zur Verfügung gestellt wird, kommt aus einer Material-Quarantäne.
- Die Einheit Bogenschießen wird durch den Veranstalter TuS Barop in Dortmund nach offiziellen Verfahrensregelungen des Bogensports durchgeführt. Das Hygienekonzept ist in der Anlage (Kap. 7) angehängt.
- Die Anreise zu den Außenterminen erfolgt privat unter Beachtung der aktuellen Hygienemaßnahmen/Vorgaben des Landes NRW (Bootshaus der RUB, Hochseilgarten Wuppertal und TuS Barop/Dortmund).

4.5 Exkursionen

4.5.1 Klettern/Bergwandern

4.5.2 Exkursionen Windsurfen, Segeln

5 Corona Merkblatt für Studierende und Besucher*innen der RUB.

RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

CORONA-MERKBLATT FÜR STUDIERENDE UND BESUCHER*INNEN

RUB

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Reduktion von Kontakten ist ein wichtiger Baustein bei der Bekämpfung der Corona-Pandemie, Präsenztermine sind auf ein Minimum reduzieren. Für den Fall, dass Sie zu einem dringenden Termin an der Ruhr-Universität Bochum erscheinen müssen, beachten Sie bitte die folgenden Regeln, damit Sie und andere Personen vor einer Infektion mit COVID-19 geschützt werden:

In diesen Fällen dürfen Sie den Campus und die Gebäude der Ruhr-Universität Bochum **nicht** betreten:

- **Positiv auf COVID-19 getestet:** Personen, die positiv auf COVID-19 getestet wurden und sich in der häuslichen Isolierung oder angeordneten Quarantäne befinden, dürfen den Campus und die Einrichtungen der RUB nicht betreten (siehe Quarantäneverordnung NRW).
- **Bei direktem Kontakt mit einer erkrankten Person oder mit einer positiv auf COVID-19 getesteten Person:** Personen, die innerhalb der letzten 14 Tage einen engeren Kontakt (z.B. face-to-face, im eigenen Haushalt oder bei Feiern) mit einer erkrankten oder mit einer positiv auf COVID-19 getesteten Person hatten, dürfen nicht zur RUB kommen (siehe Quarantäneverordnung NRW).
- **Nach Auslandsaufenthalt:** Während der Quarantänezeit nach einem Auslandsaufenthalt dürfen der Campus und die Einrichtungen der RUB nicht betreten werden (siehe Coronaeinreiseverordnungen NRW und Bund).

Weiterhin ist zu beachten:

- Bei Symptomen eines akuten Atemwegsinfektes (Husten, Schnupfen, Halsschmerzen mit/ohne Fieber) und/oder bei neu aufgetretenen Geruchs- oder Geschmacksstörungen nicht zur RUB kommen. Vereinbaren Sie telefonisch oder per E-Mail bei der einladenden Stelle einen Ersatztermin.
- Kommen Sie ohne Begleitperson/en zu Ihrem Termin (begründete Ausnahmen, z.B. bei (schwer-)behinderten Personen sind möglich und sind mit der einladenden Stelle vorab zu besprechen).
- Erscheinen Sie pünktlich und achten Sie auf einen Abstand von mindestens 1,5 m zu anderen Personen.
- Es besteht die Pflicht, einen medizinischen Mund-Nasen-Schutz (MNS, z.B. „OP-Maske“) auf dem gesamten Campus zu tragen - also nicht nur in den Gebäuden, sondern auch außerhalb der Gebäude. Dieses gilt bei Lehr- und Prüfungsveranstaltungen grundsätzlich auch am Sitzplatz.
- Bei Veranstaltungen: Die Anweisungen der Veranstaltungsleitung sind zu beachten.
- Gehen Sie auf direktem Weg zu Ihrem Termin bzw. Ihrer Einrichtung.
- Fahren Sie allein in einer Aufzugskabine
- Vermeiden Sie das Händeschütteln und andere Begrüßungsrituale mit Körperkontakt.
- Verlassen Sie die Gebäude und den Campus unmittelbar nach Ihrem Termin auf direktem Weg.

Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis!

CORONA-MERKBLATT FÜR STUDIERENDE UND BESUCHER*INNEN DER RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

Stand: 29.01.2021

6 „COVID-19-Fall“ an der Ruhr-Universität - Was sollten Sie wissen und tun? (Stand: 04.03.2021)

Zur Unterbrechung von Infektionsketten und Vermeidung von COVID-19-Ausbrüchen haben sich Quarantänemaßnahmen der infektiösen Personen sowie bei deren engen Kontaktpersonen bewährt.

Kontaktpersonen sind Personen, die im infektiösen Zeitintervall (siehe unten) Kontakt mit einem bestätigten COVID-19-Fall hatten. Zuständig für die Kontaktpersonennachverfolgung sowie die amtliche Anordnung von Quarantänemaßnahmen sind das örtlich zuständige Gesundheitsamt bzw. Ordnungsamt.

Das Robert-Koch-Institut (RKI) gibt die Strategie der Kontaktpersonennachverfolgung vor. Aufgrund der gesetzlichen Meldepflicht müssen Ärzte und Labore alle positiven COVID-19-Testergebnisse an das örtlich zuständige Gesundheitsamt melden. Deren Mitarbeiter*innen melden sich möglichst zeitnah bei der positiv getesteten Person, ordnen bei dieser eine häusliche Quarantäne an und fragen nach Kontaktpersonen.

Als **infektiös** gelten positiv getestete Personen:

- bei **symptomatischem** Verlauf rückwirkend ab dem zweiten Tag vor Beginn der ersten COVID-19-Krankheitssymptome
- bei positivem COVID-19-Testbefund ohne Krankheitssymptome (**asymptomatischer Fall**) rückwirkend ab 48 Stunden vor der Probenahme für den Test (Testdatum)
- Wenn bekannt oder sehr wahrscheinlich ist, bei wem und wann sich der asymptomatische Fall vermutlich angesteckt hat, ab dem dritten Tag nach persönlichem Kontakt mit dieser COVID-19-positiven Person (aber nicht später als das Testdatum)

Gemäß RKI werden die Kontaktpersonen abhängig vom Infektionsrisiko in zwei Kategorien eingeteilt. Eine dritte, hier nicht näher erläuterte Kategorie, gilt nur für medizinisches Personal.

COVID-19-Kontaktpersonen Kategorie I (höheres Infektionsrisiko):

Dies sind Personen

- mit Kontakt/en zu einer COVID-19-infektiösen Person im Abstand von weniger als 1,5 Metern und mehr als 15 Minuten Dauer (insgesamt) ohne wirksame Schutzmaßnahmen (z.B., wenn die ansteckende Person und/oder die Kontaktperson keine Alltagsmaske oder diese nicht korrekt, d.h. enganliegend über Mund und Nase, getragen wurde)
- mit direkten Kontakten zu Sekreten einer COVID-19-infektiösen Person (z.B. beim Küssen, Anhusten, Anniesen, Beatmung etc.)
- mit längerem Aufenthalt (mehr als 30 Minuten) in einem Raum mit einer hohen Konzentration infektiöser Aerosole (kleinste Tröpfchen), z.B. einem unzureichend gelüfteten

Raum. Dieses gilt besonders für Feiern, Singen, Schreien oder Sporttreiben. Das höhere Infektionsrisiko besteht unabhängig davon, ob Alltagsmasken getragen wurden, da diese nicht ausreichend vor Aerosolen schützen

COVID-19-Kontaktpersonen Kategorie II (geringeres Infektionsrisiko):

Hierzu gehören Personen, die

- sich kürzer als 15 Minuten im Nahfeld einer infektiösen Person (unter 1,5 m Abstand) aufgehalten haben
- bei einem Nahkontakt von mehr als 15 Minuten gesichert durchgehend und korrekt eine Mund-Nase-Bedeckung (Alltagsmaske) oder einen Mund-Nase-Schutz getragen haben
- sich nur kurzzeitig (unter 30 Minuten) in einem Raum mit erhöhter Aerosolkonzentration (siehe oben) aufgehalten haben

Bei Kontaktpersonen, die keine Haushaltsangehörige sind, entscheidet die örtliche Ordnungsbehörde in Abstimmung mit dem Gesundheitsamt über eine Quarantäne. Aufgrund der hohen Neuinfektionszahlen in Bochum und Umgebung kann es zu zeitlichen Verzögerungen kommen, bis sich das Gesundheitsamt bei Kontaktpersonen meldet. Daher sollen Kontaktpersonen ihre persönlichen Kontakte (insbesondere zu Risikopersonen, wie hochbetagten Menschen und chronisch Kranken) einschränken und Kontaktpersonen mit einem höheren Infektionsrisiko (gemäß Kategorie I) vorsorglich dem RUB-Arbeitsplatz fernbleiben (z.B. im Homeoffice arbeiten). **Eine Absprache mit dem Arbeitgeber (Vorgesetzte/r und Personaldezernat) ist notwendig. Die zeitnahe Beratung durch die Betriebsärztin der RUB hierzu wird betroffenen Beschäftigten und Vorgesetzten empfohlen.**

Den Kontaktpersonen der Kategorie II wird zur Kontaktreduktion zu Dritten (insbesondere besonders gefährdeten Personen, wie Senioren oder chronisch Kranken), zur sorgfältigen Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln sowie einer eigenständigen Gesundheitsüberwachung für 14 Tagen nach dem möglicherweise infektiösen Kontakt geraten.

In der Quarantäneverordnung NRW sind die Quarantänemaßnahmen verbindlich geregelt. Als Quarantäne wird die vollständige Vermeidung von Kontakten außerhalb sowie die Kontaktminimierung innerhalb der eigenen Häuslichkeit definiert. (Zusammenfassung der Quarantänebestimmungen: <https://www.mags.nrw/coronavirus-quarantaene>)

In folgenden Fällen müssen sich Personen unverzüglich **eigenständig in die häusliche Quarantäne begeben:**

- Personen mit **positivem COVID-19-PCR-Testergebnis** (Labortest) sofort ab Erhalt dieses Ergebnisses

- Personen, die wegen **Erkältungssymptomen oder einem positiven Corona-Schnelltest** eine PCR-Testung (Labortest) bekommen, bis zum Erhalt des PCR-Testergebnisses (fällt letzteres negativ, endet die Quarantäne sofort, ansonsten gilt sie weiter)
- **Haushaltsmitglieder**, d.h. Personen, die mit einer COVID-19-ansteckenden Person (Primärfall) in häuslicher Gemeinschaft leben (Ausnahme: wenn ein Kontakt in der infektiösen Periode ausgeschlossen werden kann).

Die Dauer der Quarantäne beträgt nach der Quarantäneverordnung NRW

- bei Personen mit **nachgewiesener Infektion** (positiver COVID-19-Test) ohne Krankheitssymptome gemäß Anordnung des Gesundheitsamtes mindestens 10 Tage (bei besorgniserregenden SARS-CoV2-Varianten VOC mindestens 14 Tage). Bei symptomatischen Personen muss für die Beendigung der Quarantäne zusätzlich mindestens 48 Stunden (ununterbrochen) Symptomfreiheit vorliegen. In bestimmten Fällen (immunsupprimierte oder hochaltrige Personen, VOC-Infektionen) wird am Ende der Quarantäne ein abschließender negativer Coronatest gefordert. Fällen (immunsupprimierte oder hochaltrige Personen, VOC-Infektionen) wird am Ende der Quarantäne ein abschließender negativer Coronatest gefordert.
- bei **Kontaktpersonen mit angeordneter Quarantäne** und bei Haushaltsmitgliedern in der Regel 14 Tage nach dem Kontakt bzw. Testdatum des ansteckenden Haushaltsmitglieds. Die Quarantäne kann bei einem negativen Ergebnis eines COVID-19-PCR-Tests oder COVID-19-Schnelltests verkürzt werden (Testdurchführung frühestens am 10. Tag nach Positiv-Testung des Primärfalls möglich). In diesem Fall sollten die Kontaktpersonen bis zum Tag 14 nach dem Kontakt mit der COVID-19-positiven Personen bzw. Haushaltsmitglieder bis zum Tag 20 nach der Positivtestung des Primärfalls ihre persönlichen Kontakte, insbesondere zu Risikopersonen reduzieren.

„Kontaktpersonen“ von COVID-19-Kontaktpersonen:

Personen, die engere persönlichen Kontakt zu COVID-19-Kontaktpersonen haben oder hatten, müssen meistens keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen beachten. Nur bei Positivtestung der COVID-19-Kontaktperson (wäre dann ansteckende Person) gelten oben genannte Maßnahmen.

Was ist am Arbeits- und Studienplatz zu beachten:

Beschäftigte, bei denen gemäß der Quarantäneverordnung NRW eine Quarantäne besteht, sollen sich zeitnah bei ihrer/ihrer Vorgesetzten sowie beim zuständigen Personaldezernat (Dezernat 3 bzw. 7) melden. Sofern keine Krankheitssymptome vorliegen, besteht keine Arbeitsunfähigkeit und nach Absprache mit dem Vorgesetzten kann, falls organisatorisch möglich, grundsätzlich im Homeoffice gearbeitet werden.

Meldungen einer COVID-19-Erkrankung oder eines positiven Testergebnisses von Studierenden an die Universität sind zwar rechtlich nicht vorgeschrieben, jedoch sinnvoll und erwünscht, da dann im betroffenen Studienbereich Maßnahmen zum Schutz vor einer Weiterverbreitung eingeleitet werden könnten. Die Meldung sollte an das Dekanat der betroffenen Fakultät erfolgen.

Betroffene Personen dürfen erst nach Beendigung der Quarantäne wieder Einrichtungen der Ruhr-Universität betreten. Am Ende der Quarantänezeit erfolgt im Regelfall keine abschließende COVID-19-Testung (Ausnahmen möglich, z.B. bei schwererem COVID-19-Krankheitsverlauf, bei immunsupprimierten Personen oder in Betreuungs-, Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen).

Bei Bekanntwerden von COVID-19-Fällen an der Ruhr-Universität oder engeren Kontakten von Beschäftigten zu COVID-19-infektiösen Personen im privaten Bereich wird eine betriebsärztliche Beratung empfohlen. Hierbei wird selbstverständlich die ärztliche Schweigepflicht gewahrt und Vertraulichkeit zugesichert.

Kontaktaufnahme:

Frau Dr. med. Kirsten Wiegand

Stabsstelle Arbeitsmedizin und Sozialberatung Tel.: 0234/32-24400 (Anmeldung)

E-Mail: betriebsarzt@rub.de

Quellen:

RKI - Coronavirus SARS-CoV-2-Kontaktpersonennachverfolgung vom 06.12.2020

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Kontaktperson/Management.html?jsessionid=BE5D2611F477FB4FC56940D80216267D.internet072

RKI - Orientierungshilfe Kontaktmanagement in der Herbst-Winter-Saison 2020/2020 (Graphik)

vom 19.11.2020 https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Kontaktperson/Orientierungshilfe-KP-Management.html?jsessionid=68578BB1391A08DF1791F686C50528F1.internet102

Verordnung zur Regelung von Absonderungen nach § 30 des Infektionsschutzgesetzes (Quarantäneverordnung NRW) vom 18.12.2020 (Fassung vom 28.12.2020)

https://www.mags.nrw/sites/default/files/asset/document/201223_quarantaenevo_ab_28.12.2020.pdf



Richtlinien für das Bogenschießen

Durchführung von angeleiteten Trainingseinheiten – Außensaison 2020



7 Anlagen

Im Rahmen der gebotenen Hygieneregeln, den gesetzlichen Vorgaben und den Empfehlungen der Dachverbände sind folgende Richtlinien zu beachten:

- ✓ Ab Freitag, den 26.06.2020, steht das Bogensportgelände wieder für angeleitete Trainingseinheiten zur Verfügung. Dies **gilt nur für Vereinsmitglieder oder Kursteilnehmende!**
- ✓ Es gelten selbstverständlich weiterhin **die Bestimmungen der aktuellen Schieß- und Platzordnung.**
- ✓ Das Training darf in Gruppen gemeinsam mit einer Trainerin/einem Trainer geführt werden. Die **maximale Personenzahl pro Trainingseinheit liegt bei 10 Personen (bzw. bei der durch das Land vorgegebenen max. Personenzahl).**
Regel:
Die Trainerin/der Trainer zählen mit! Also z. B. 9 + 1.
Kann die Trainerin/der Trainer während der gesamten Trainingseinheit den Mindestabstand (1,5 m) garantieren, zählt der Trainer nicht mit! Also z. B. 10 + 1.
- ✓ Der Einsatz von Co-Trainerinnen/Co-Trainern ist möglich – auch hier ist auf die Regel der Gruppengröße zu achten.
- ✓ Eine verbindliche Anmeldung zu den einzelnen Trainingsterminen wird empfohlen, jedoch nicht vorgeschrieben. Die Trainerinnen/Trainer sind verantwortlich für die Organisation – das **Eintragen in die ausgelegte Anwesenheitsliste** am Platz ist weiterhin vorgeschrieben und bleibt davon unberührt. Vereinsfremde Personen müssen zwingend ein komplettes **Kontaktformular ausfüllen**, welches aus Datenschutzgründen nach 4 Wochen vom Verein vernichtet wird.
- ✓ Während der offiziellen Trainingszeiten **obliegt der Trainerin/dem Trainer die Belegung der Scheiben und Distanzen** für die eigene Trainingsgruppe. Schützinnen und Schützen, die zur gleichen Zeit frei trainieren möchten, weichen bitte auf verbleibende freie Scheiben aus – hier kann die WhatsApp-Gruppe als Vorab-Information genutzt werden.

Ablauf des Trainings-/Regeln für das Training:

- ✓ Der **direkte körperliche Kontakt** zur Korrektur von Haltung und Technik **ist gestattet**, sofern **beide Parteien dies möchten** – die Schützin/der Schütze kann dies natürlich mündlich ablehnen. Die Trainerin/der Trainer muss in diesem Fall **verpflichtend einen Mundschutz tragen!**
- ✓ Die Belegung der Scheiben ist auf **eine Person pro Scheibe** begrenzt – die Scheiben werden **im Abstand von 2 Metern aufgestellt.**
- ✓ Innerhalb dieser 2 Meter kann die Schützin/der Schütze den Bogen aufbauen und schießen.
- ✓ Aufwärmübungen bzw. erweiterte Übungen werden in ausreichendem Abstand zueinander (**3 bis 4 Meter**) auf der Wiese verteilt ausgeübt.
- ✓ **Partnerübungen** oder **Übungen, bei denen das Material der Schützin/des Schützen berührt werden muss, sind bis auf Weiteres auszusetzen.**
- ✓ Eine Ausgabe von Trainingsmaterial (Bogen, Pfeile, Stabisysteme, Köcher, Armschutze, Fingertabs, Fingerschlaufen, Fußschlaufen) ist im Bedarfsfall durch die Trainerin/den Trainer möglich. Das Material **ist im Vorfeld der Trainingseinheit** von der Trainerin/dem Trainer zu



Richtlinien für das Bogenschießen

Durchführung von angeleiteten Trainingseinheiten – Außensaison 2020



- desinfizieren** und **natürlich auch nach** der Trainingseinheit. Der Verein stellt ein geeignetes Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- ✓ Die Desinfektion muss schriftlich dokumentiert werden. Entsprechende Formulare werden ebenfalls vom Verein zur Verfügung gestellt.
 - ✓ Therabänder können kostenfrei zur Verfügung gestellt werden. Diese verbleiben bei der Schützin/dem Schützen.
 - ✓ **Die Sehne wird** im Kursbetrieb bzw. bei Verwendung von Leihbögen **nicht mehrfach verwendet**. Die Ausgabe einer Sehne erfolgt einmalig desinfiziert zu Kursbeginn/zu Trainingsbeginn und muss anschließend von der Schützin/vom Schützen zu den Trainingseinheiten mitgebracht werden! Die einmaligen Kosten für die Sehne (+ Nockpunkte) von etwa € 11,00 müssen von der Schützin/dem Schützen übernommen werden.

 - ✓ Das allgemeine Tragen eines Nase-Mundschutzes auf der Bogensportanlage unter steter Einhaltung des Mindestabstands erfolgt auf freiwilliger Basis.
 - ✓ Die **sanitären Anlagen sind weiterhin nur mit getragendem Nase-Mundschutz aufzusuchen!**
 - ✓ Kann der Mindestabstand von 1,50 Metern zueinander – aus welchen Gründen auch immer (Ausnahmen siehe Trainingsregeln) – nicht eingehalten werden, ist das Tragen eines Nase-Mundschutzes vorgeschrieben.

Alle bisherigen Richtlinien bleiben weiterhin in Kraft, sofern diese nicht durch dieses Schreiben spezifiziert oder außer Kraft gesetzt wurden.

Wir möchten alle Mitglieder bitten, durchzuhalten und sich ausnahmslos an die Regeln zu halten. Nur so lässt sich ein Trainingsbetrieb für alle realisieren. Im Einzelfall kann hier bei Missachtung auch der Ausschluss vom Training durch den Vorstand bzw. benannte Vertreterinnen/Vertreter erfolgen.

Bei Anregungen, Fragen oder auch Kritik sprechen Sie uns gerne an.

Mit sportlichem Gruß

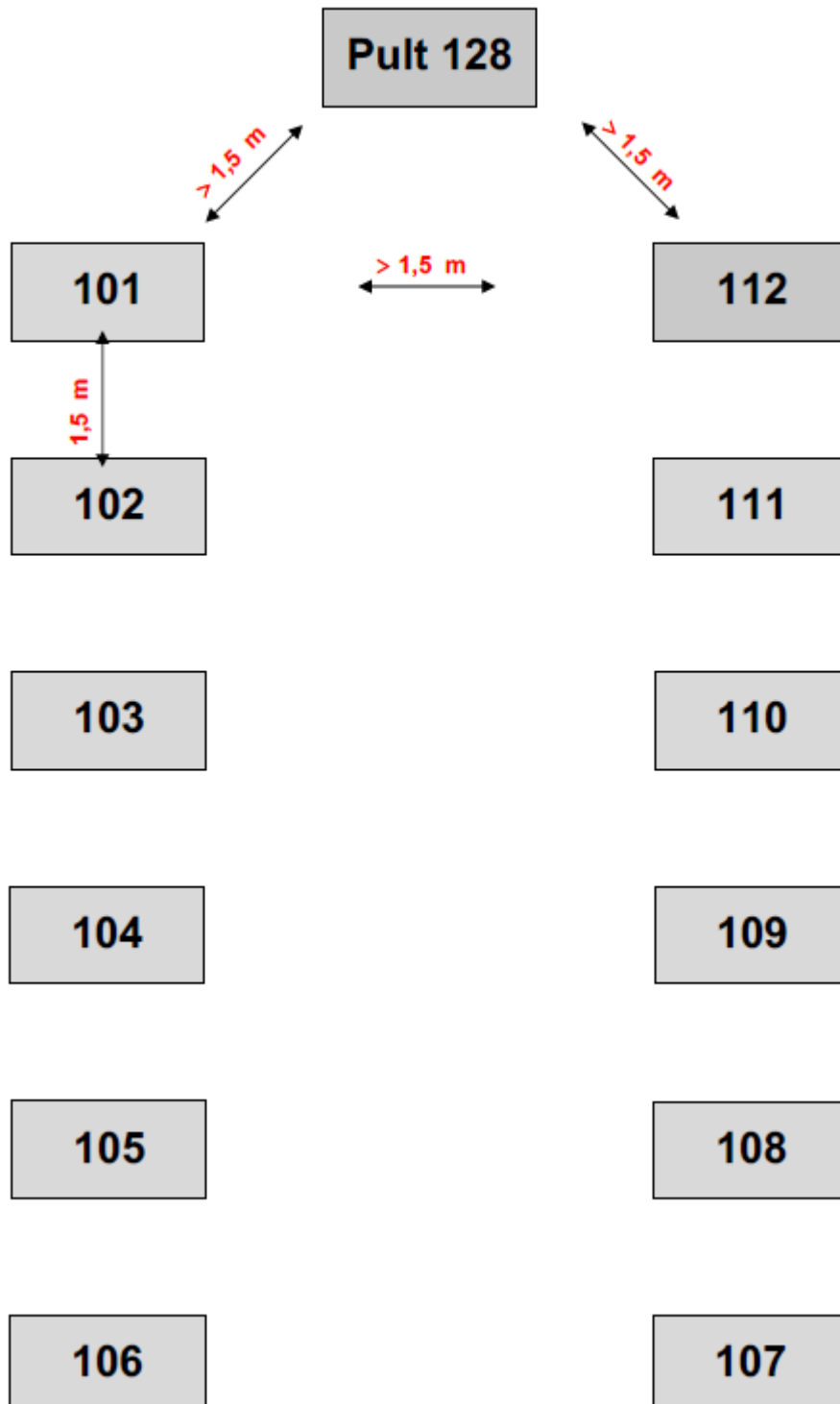
Euer Haupt-Vorstand & Abteilungsvorstand Bogen

Hygieneregeln zum Schutz vor Ansteckung mit dem Covid 19 Virus

1. Die Waldhütte wird bis zur Ankunft der Teilnehmer*innen der Veranstaltung gelüftet. Bei Ankunft dieser wird darauf geachtet, dass alle Fenster wieder verschlossen sind, so dass kein Durchzug mehr entsteht, um eine mögliche Verteilung von Aerosolen zu vermeiden.
2. Zur Nachweisbarkeit von möglichen Infektionsketten erhalten die Kunden eine veränderte Teilnehmerliste in welche ebenfalls die Kontaktdaten der Teilnehmer*innen einzutragen sind. Diese ist vor Beginn an die zuständigen Trainer*innen auszuhändigen.
3. Die Kontaktflächen, im Besonderen die Toiletten und Waschbecken, werden kurz vor Ankunft der Teilnehmer*innen mit Flächendesinfektionsmitteln gereinigt.
4. Das Aufnehmen der Teilnehmer*innen sowie jegliche Ein- und Unterweisungen finden im Freien und mit ausreichend Sicherheitsabstand (mind. 1,5m) statt. Sollte dieser nicht gewährleistet werden können ist das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes verpflichtend.
5. Das Betreten der Waldhütte (zur Ablage von Rucksäcken und Taschen, bzw. für den Toilettengang und das Händewaschen vor Beginn der Aktion) erfolgt einzeln und mit einem MMNS.
6. Während des gesamten Aktionszeitraums ist das Tragen eines geeigneten Mund-Nasen-Schutzes (MMNS) Pflicht, es sei denn:
 - der Sicherheitsabstand von 1,5m kann gewahrt werden (z.B. Einweisung im Freien in einem großen Kreis)
 - die Teilnehmer*innen sind aktiv am Klettern (in der Sicherungskette ist der MMNS Pflicht). Sollten die Teilnehmer*innen ihren MMNS vergessen haben, erhalten sie eine Einwegmaske aus dem Bestand des Hochseilgartens von den Trainer*innen ausgehändigt.
7. Vor dem Start der Aktion, nach dem Toilettengang, der dem Verzehr mitgebrachter Speisen, sowie vor dem Kontakt mit Materialien (Klettergurte, Helme, Seile, etc.) muss eine Desinfektion der Hände, durch ein seitens der Trainer*innen bereit gestelltem Desinfektionsspray, erfolgen.
8. Das Einweisen, Unterweisen und Eingurten kann in der Großgruppe, mit ausreichendem Sicherheitsabstand von 1,5m erfolgen, wobei hier darauf zu achten ist, dass beim paarweise Eingurten und der Nachkontrolle durch euch Trainer*innen ebenfalls ein MMNS getragen werden muss. Wahlweise erfolgt zuvor genanntes in direkt eingeteilte Kleingruppen, wobei hier die Einhaltung des Mindestabstandes, sowie das Tragen eines MMNS ebenfalls verpflichtend ist.
9. Bei Wechsel der HSG- Stationen ist das Desinfizieren der Hände zu wiederholen.
10. Bei Ende der Veranstaltung werden die Materialien (Kletterhelme, klettergurte) entweder auf dem Platz vor dem Weyerbuschturm abgelegt und seitens der Trainer*innen in die Waldhütte gebracht oder einzeln von den Teilnehmer*innen in der Waldhütte abzugeben.
11. Die Helme werden anschließend durch unsere Trainer*innen desinfiziert.
12. Im Anschluss an die Veranstaltung wird die Waldhütte abermals durchgelüftet. Die Toiletten, Waschbecken, Tür- und Fenstergriffe, sowie Kontaktflächen (Tische, Bänke, Arbeitsflächen) werden gereinigt und desinfiziert.
13. Den Anmerkungen und Instruktionen durch die Trainer*innen, hinsichtlich der Vermeidung von Ansteckungen mit dem Covid 19 Virus, ist während des Veranstaltungszeitraumes Folge zu leisten.
14. Die Trainer*innen des Naturhochseilgartens sind befugt, kranke oder krank wirkende Teilnehmer*innen, in Absprache mit den sie begleitenden Betreuungspersonen, von der Aktion auszuschließen bzw. diese nach Hause zu schicken oder abholen zu lassen.

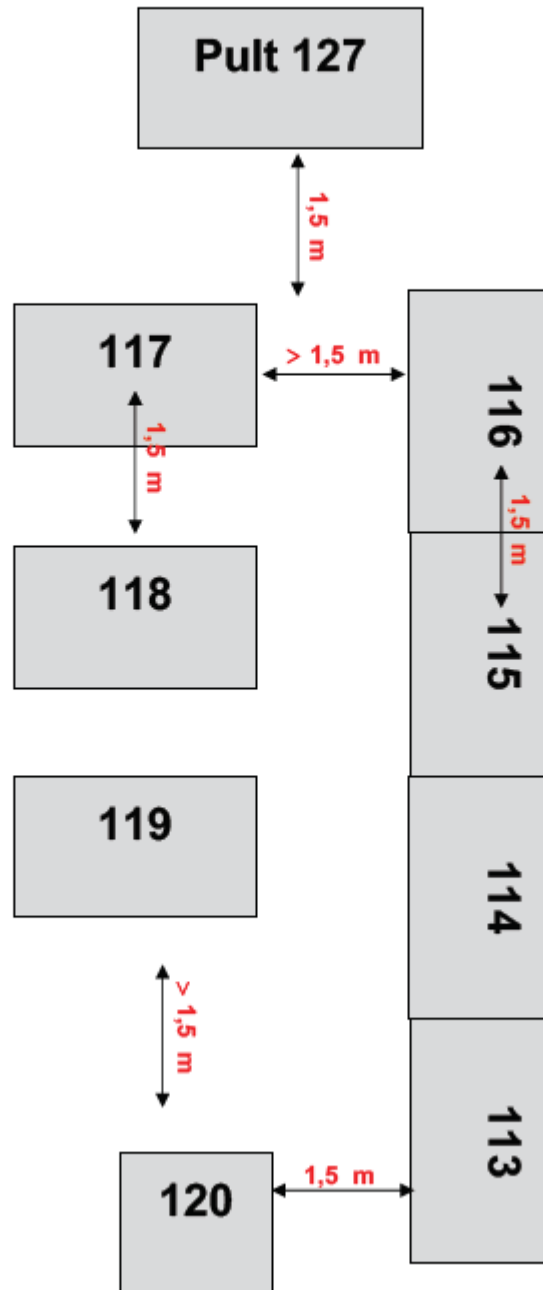
Seminarraum 1 Halle Markstraße (13 Pers.)

Die Abstandsangaben entsprechen den gemessenen Abständen und sind auf vergleichbare Tischordnungen zu übertragen. Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht.



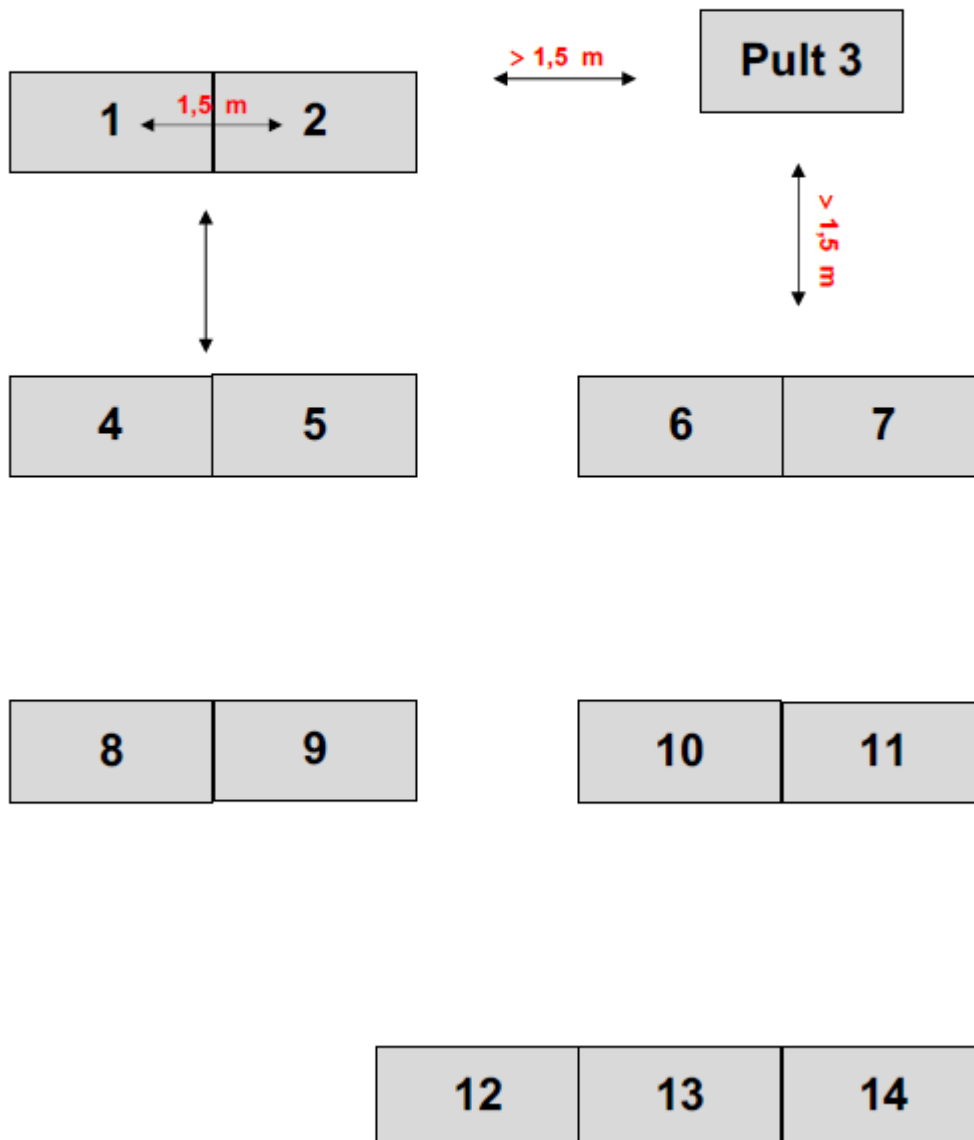
Seminarraum 2 Halle Markstraße (9 Pers.)

Die Abstandsangaben entsprechen den gemessenen Abständen und sind auf vergleichbare Tischordnungen zu übertragen. Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht.



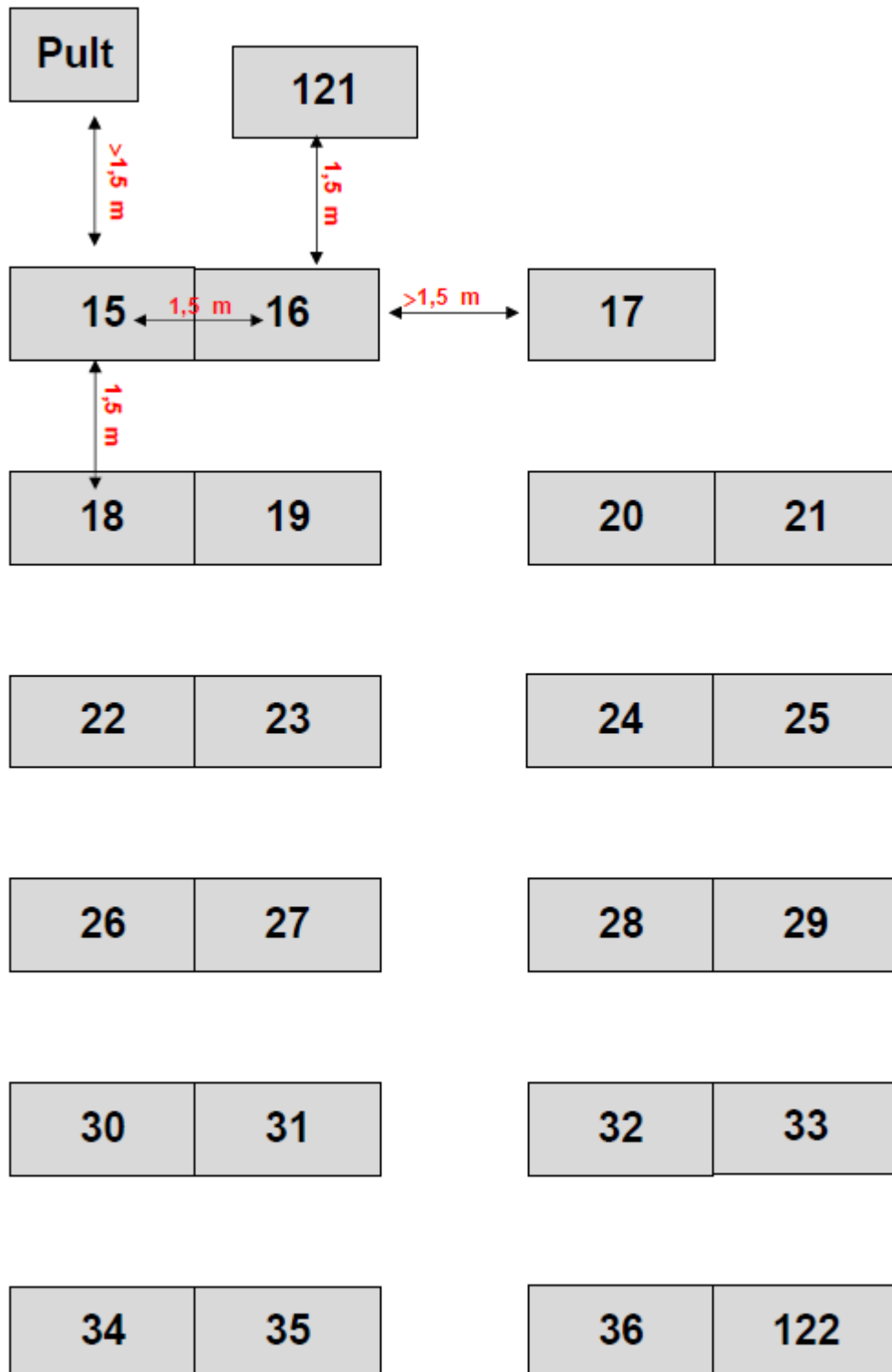
Seminarraum 1, Fakultätsgebäude (14 Pers.)

Die Abstandsangaben entsprechen den gemessenen Abständen und sind auf vergleichbare Tischordnungen zu übertragen. Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht.



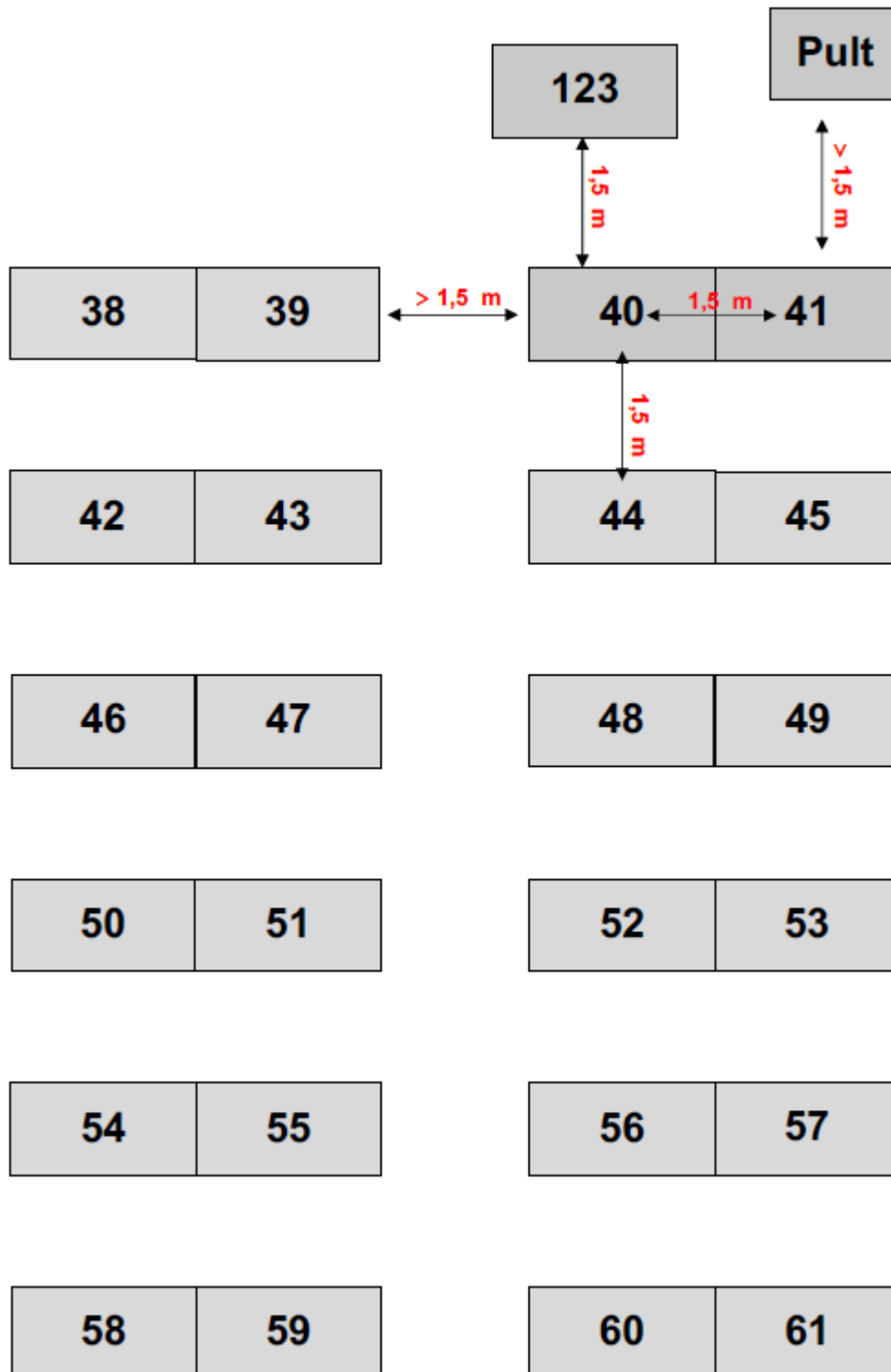
Seminarraum 2, Fakultätsgebäude (24 Pers.)

Die Abstandsangaben entsprechen den gemessenen Abständen und sind auf vergleichbare Tischordnungen zu übertragen. Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht.



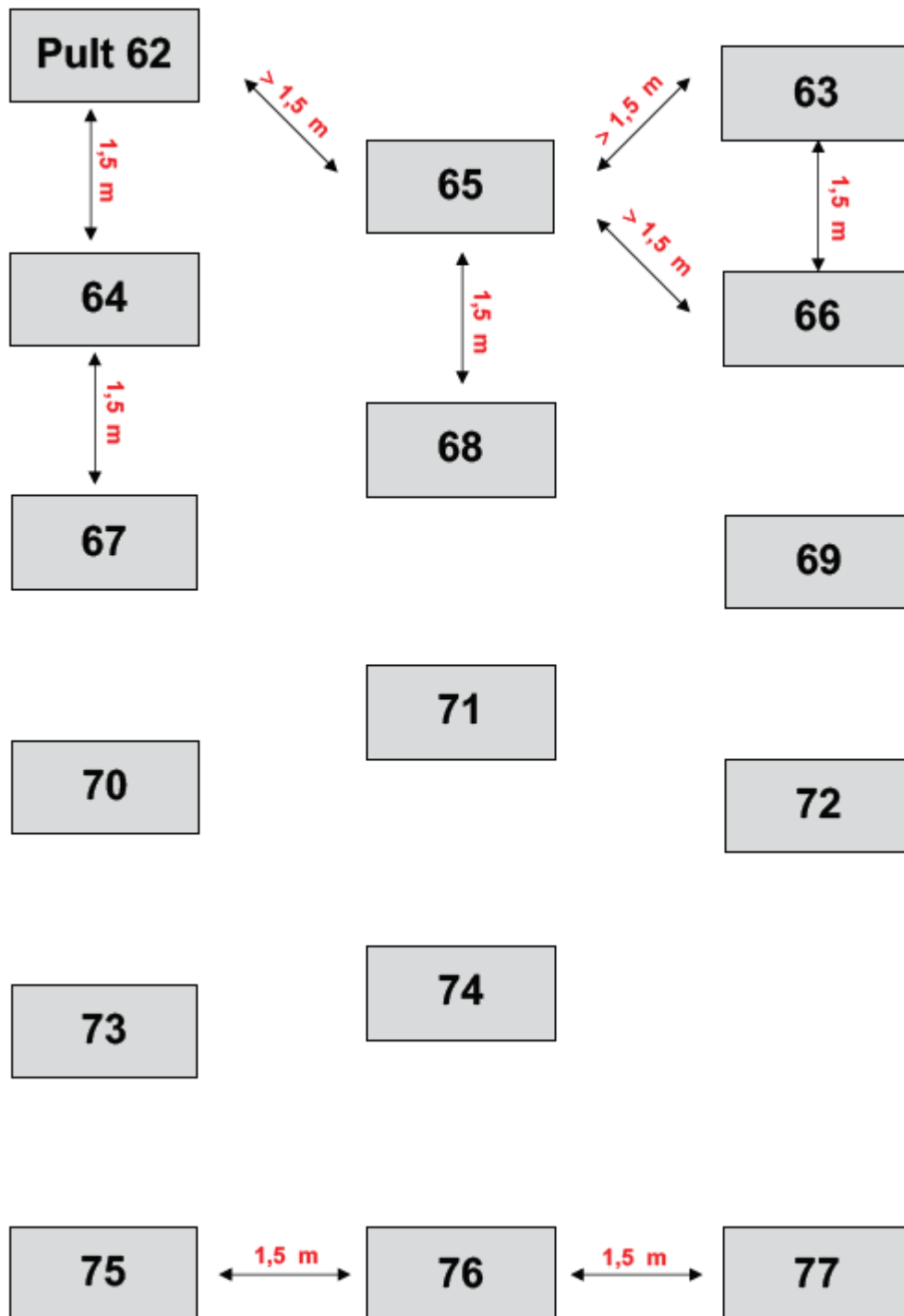
Seminarraum 3, Fakultätsgebäude (25 Pers.)

Die Abstandsangaben entsprechen den gemessenen Abständen und sind auf vergleichbare Tischordnungen zu übertragen. Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht.



Seminarraum 4, Fakultätsgebäude (16 Pers.)

Die Abstandsangaben entsprechen den gemessenen Abständen und sind auf vergleichbare Tischordnungen zu übertragen. Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht.



Seminarraum 5, Fakultätsgebäude (17 Pers.)

Die Abstandsangaben entsprechen den gemessenen Abständen und sind auf vergleichbare Tischordnungen zu übertragen. Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht.

