

## Schutzmaßnahmen und Verhaltensregeln für den Kursbetrieb beim ASC Paderborn

Stand: 14. Juni 2021

Die Einhaltung folgender Maßnahmen soll dazu beitragen, der weiteren Ausbreitung des Virus vorzubeugen.

1. Die Übungsleiter\*innen übernehmen für die feste, angemeldete Gruppe die Verantwortung und müssen die Einhaltung der folgenden Regeln sicherstellen. Die Regeln sind verbindlich und müssen eingehalten werden. Bei Missachtung der Regeln ist die Kursleitung sowie das Personal des Ahorn-Sportparks berechtigt, Sie, bzw. Ihr Kind, von der Teilnahme am Kurs auszuschließen.
2. Auf dem Ahorn-Sportpark Außengelände gilt die aktuelle Coronaschutzverordnung des Landes NRW bzw. die Bundesnotbremse. Hier ist zunächst keine der oben aufgeführten Voraussetzungen notwendig.
3. Idealerweise kann von jeder/ m Teilnehmer\*in eine eigenständige Registrierung durch die Kontaktnachverfolgungsapp luca App erfolgen. Die **luca App muss mit Betreten der jeweiligen Sportfläche sowohl indoor als auch outdoor aktiviert** werden. Die vorab generierten QR Codes werden am Eingang vor jeder Trainingsfläche und auf dem Boden in den abgeklebten Bereichen in den geschlossenen Räumlichkeiten aushängt. Im Anhang finden Sie eine Anleitung der luca App.
  - 3.1. Sollten Sie **nicht über ein Smartphone verfügen**, erfolgt die **analoge Kontaktnachverfolgung** im Falle einer Infektion mittels Weitergabe Ihrer personenbezogenen Daten ausschließlich zur Fallnachverfolgung von Infektionsketten an die zuständigen Behörden durch uns. Die Übungsleitung führt dafür Anwesenheitslisten.
4. Auf dem gesamten Gelände (ausgenommen sind Kursräume und Trainingsflächen) ist zu jeder Zeit zwingend ein Mindestabstand von zwei Metern in der Gruppe und von fünf Metern zu anderen Gruppen und Personen einzuhalten.
5. Personen mit Corona-Krankheitssymptomen (z. B. Fieber, Husten, Kurzatmigkeit, Luftnot, Verlust des Geschmacks-/ Geruchssinns, Halsschmerzen, Schnupfen, Gliederschmerzen) oder anderen ansteckenden Erkrankungen dürfen nicht am Kurs teilnehmen oder den Ahorn-Sportpark betreten.
6. Das private Mitführen von Desinfektionsmitteln wird unbedingt empfohlen.
7. Husten und Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, welches sofort danach in einem Mülleimer bzw. einer eigenen Abfalltüte entsorgt wird, gehört zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen. Halten Sie bitte größtmöglichen Abstand und drehen Sie sich weg. Mülleimer befinden sich auf allen Sportflächen und werden in regelmäßigen Abständen entleert.

8. Mit den Händen nicht das Gesicht berühren, insbesondere die Schleimhäute, d. h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
9. Es wird darauf hingewiesen, dass von den Begleitpersonen ein **medizinischer Mund-Nasen-Schutz** (Maske des Standards FFP 2 oder höher) **vom Parkplatz bis zum Betreten des Kursraums und für die gesamte Kurszeit** getragen werden muss.
10. Sport und Bewegung werden **kontaktfrei** durchgeführt. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet.
11. Aufgrund der geltenden Abstands- & Hygieneregeln, muss je nach Kapazität der Trainingsfläche/ des Kursraums, die Anzahl der maximalen Kursteilnehmer reduziert werden (z.B. Spiellandschaft: zehn Personen oder Eltern-Kind-Paare + eine Übungsleitung).
12. In den Kursräumen kann der Mindestabstand zwischen zwei Personen von zwei Metern in alle Richtungen unterschritten werden.
13. Bitte vermeiden Sie grundsätzlich das Bilden von Gruppen auf dem gesamten Gelände des Ahorn-Sportparks, hierzu zählt auch der Parkplatz (An- und Abreise). Der Ahorn-Sportpark ist unmittelbar nach Ende der Sporeinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln zu verlassen.
14. Während der aktuellen, speziellen Situation dürfen sich maximal zehn Personen zeitgleich in einer Umkleidekabine aufhalten. In den Duschen maximal zwei Personen. In der Umkleidekabine ist ein medizinischer Mund-Nasen-Schutz (Maske des Standards FFP 2 oder höher) zu tragen. Bitte kommen Sie dennoch möglichst sportbereit zu uns.
15. Die Ablage für die Kleidung an der Garderobe auf den Sportflächen ist so zu gestalten, dass die Kleidungsstücke der Kursteilnehmer sowie der Übungsleiter\*innen keinen direkten Kontakt untereinander haben.
16. Vor und nach dem Kurs bitte zuhause gründlich die Hände waschen und ggf. desinfizieren.
17. Sollten Sie die Toiletten benutzen, dann finden Sie dort Seife und Handdesinfektion.
18. Türklinken nicht mit der Hand berühren, sondern zum Öffnen und Schließen den Ellenbogen benutzen.
19. Das Öffnen der Türen und Fenster zu und in den Kursräumen ist ausschließlich durch die Übungsleiter\*innen möglich.
20. Um Infektionsketten möglichst gering zu halten, sollten Kurse in möglichst gleichbleibender Besetzung durchgeführt werden. Daher kann bei Abwesenheit/ Krankheit des Übungsleiters/ der Übungsleiterin ggf. kein Kurs stattfinden.
21. Die Geschäftsstelle ist für den persönlichen (Kunden)kontakt aufgrund der Hygienemaßnahmen bis auf Weiteres geschlossen. Bei Anliegen erreichen Sie uns per

E-Mail [info@asc-paderborn.de](mailto:info@asc-paderborn.de) oder telefonisch montags bis freitags von 10:00-12:00 Uhr unter 05251-1371143.

22. Gegenseitige Rücksichtnahme ist eine Selbstverständlichkeit! Jede/ r muss daher:
- 22.1. den Sicherheitsabstand von mindestens zwei, bzw. fünf Metern einhalten,
  - 22.2. bei Unwohlsein/ Krankheit dem Sport fernbleiben,
  - 22.3. im Bedarfsfall eine eigene Matte sowie ein Handtuch mitbringen,
  - 22.4. den Ahorn-Sportpark nach Kursende umgehend wieder verlassen.

Weitere Informationen zur Modellregion können Sie über die Webseite [www.sportmodellregion.de](http://www.sportmodellregion.de) sowie auf den Social Media Seiten der Stadt Paderborn abrufen.

### Hinweise und Regeln speziell für die Eltern-Kind-Kurse

1. Bitte kommen **Sie und Ihr Kind direkt sportbereit in den Ahorn-Sportpark**, d.h. im Idealfall wechseln Sie nur die Schuhe. Verzichten Sie bitte auf einen Kinderwagen und bringen Sie nur das Notwendigste mit.
2. Bitte kommen Sie und Ihr Kind frühestens fünf Minuten vor Kursbeginn. Bei Eintritt in die Spiellandschaft sannen Sie bitte den an der Eingangstür befindlichen **QR-Code mit der Luca App**. Wir bitten stets um die Einhaltung und Beachtung des notwendigen Abstands untereinander, falls es zu Warteschlangen kommen sollte.
3. Ein Elternteil-Kind-Paar wird als eine Einheit betrachtet. Es sollte nach Möglichkeit **das gleiche Elternteil** jede Woche das Kursangebot wahrnehmen. Weitere Begleitperson sind in der aktuellen Zeit nicht erlaubt.
4. Eine Pufferzeit von 15 Minuten zwischen zwei aufeinanderfolgenden Kursen soll verhindern, dass sich die Teilnehmer beim Gruppenwechsel begegnen. Die Übergangszeit ermöglicht es zudem, den Sportraum ausreichend zu lüften und die erforderliche Reinigung/ Desinfektion der benutzten Geräte/ Materialien vorzunehmen.
5. Aufgrund der „Pufferzeit“ reduziert sich die Kurszeit auf 55 Minuten (bitte beachten Sie die ggf. geänderte Anfangszeit Ihres Kurses). Darin inkludiert ist die aktive Bewegungszeit und die ggf. gemeinsame Reinigung/ Desinfektion der benutzten Geräte und Materialien.
6. Durch Reduzierung und Verteilung der Aufbauten wird versucht, die Distanz unter allen Teilnehmenden zu wahren und die Körperkontakte dadurch auf ein Minimum zu reduzieren. **Bitte achten Sie zudem selbständig sofern möglich auf den notwendigen Abstand.**
7. Auf Begrüßungs- oder Abschlussrituale im Kreis wird verzichtet und es darf aufgrund der erhöhten Aerosolausstoßes nicht gesungen werden.

8. Die Übungsleitung vermeidet Hilfestellungen und gibt in erster Linie verbale Anweisungen mit entsprechendem Abstand (Körperkontakt vermeiden).
9. Auf die Benutzung von Klein- und textilen Materialien wird verzichtet.
10. Bei der Reinigung der benutzten Geräte/ Materialien sind wir ggf. auf Ihre Hilfe angewiesen. Kurz vor Ende der Kursstunde wird die Übungsleitung die Geräte/ Materialien mit einem geeigneten Reiniger einsprühen. Bitte helfen Sie anschließend beim Abwischen mit den ausreichend vorhandenen Tüchern.
11. Nach Kursende scannen Sie bitte erneut den QR-Code beim Verlassen des Sportraums und begeben sich umgehend auf direktem Weg zum Ausgang.

Gegenseitige Rücksichtnahme ist eine Selbstverständlichkeit! Bitte bleiben Sie bei Unwohlsein/Krankheit dem Kurs fern.

Bitte bedenken Sie alle, dass wir uns gegenseitig schützen und damit Ansteckungsketten verhindern. *Sorgsamkeit ist also Solidarität.* Es braucht keine Panik, aber nur wer sich an die Regeln hält, kann in Zukunft das Kursangebot wahrnehmen, denn das Virus wird uns noch lange begleiten und wir und Sie wollen gesund bleiben.