

# Schutzmaßnahmen und Verhaltensregeln für den Kletterkursbetrieb beim ASC Paderborn

Stand: 20. August 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 von der Teilnahme am Kurs auszuschließen.
2. Für die Teilnahme am Sportbetrieb in Innenräumen gilt die 3G-Regel. Im Falle eines Testnachweises muss ein negativer Antigen-Schnelltest oder einer PCR-Test (beides nicht älter als 48 Stunden) vorgelegt werden. Referenz ist das Ende des entsprechenden Kurses.
3. Idealerweise kann von jeder/ m Teilnehmer\*in eine eigenständige Registrierung durch die Kontaktnachverfolgungssapp *luca App* erfolgen. Die **luca App muss mit Betreten der jeweiligen Sportfläche sowohl indoor als auch outdoor aktiviert** werden. Die vorab generierten QR Codes hängen am Eingang vor jeder Trainingsfläche aus. Nach Kursende denken Sie bitte an den eigenständigen Logout. Ohne Log-Out erhöht sich das Quarantänerisiko!
  - 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. 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. Zudem darf für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person bestehen.
5. Das private Mitführen von Desinfektionsmitteln wird empfohlen.
6. 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.
7. Mit den Händen nicht das Gesicht berühren, insbesondere die Schleimhäute, d. h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.

8. Es muss ein **medizinischer Mund-Nasen-Schutz oder eine OP-Maske** (Maske des Standards FFP 2 oder höher) **vom Betreten der Ahorn-Sportpark-Halle bis zum Kursraums/ zur Trainingsfläche** getragen werden. Zum aktiven Sporttreiben darf dieser abgesetzt werden. Das darf aber nicht dazu führen, dass der Abstand unnötigerweise verringert wird.
9. Die Nutzung des Angebotes ist ausschließlich nach vorheriger Anmeldung möglich. Dies gilt auch für Probetrainings, die ausschließlich nach vorheriger Anmeldung möglich sind.
10. Die Kurse dauern insgesamt 120 Minuten. Darin inkludiert sind die Ankunftszeit, das Erfassen der anwesenden Teilnehmer\*innen, der eigenständige Check-In mit der *luca App*, die Trainingszeit von insgesamt 115 Minuten, die Zeit zum Verlassen des Ahorn-Sportparks sowie die ggf. erforderliche, anschließende Reinigung/ Desinfektion durch die Trainer\*innen sowie der Logout mit der *luca App* beim Verlassen der Trainingsfläche.
11. 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 Sporteinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln zu verlassen.
12. 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 oder eine OP-Maske (Maske des Standards FFP 2 oder höher) zu tragen. Bitte kommen Sie dennoch möglichst sportbereit zu uns.
13. Die Ablage für die Kleidung an der Garderobe auf den Sportflächen ist so zu gestalten, dass die Kleidungsstücke der Kursteilnehmer\*innen sowie der Übungsleiter\*innen keinen direkten Kontakt untereinander haben.
14. Vor und nach dem Training bitte zuhause gründlich die Hände waschen und ggf. desinfizieren.
15. Grundsätzlich ist der Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen den Personen zu jeder Zeit einzuhalten. Vor Beginn einer Route hat die/der Kletternde sich diesbezüglich mit den anderen Personen abzustimmen.
  - 15.1. Die Einhaltung der Abstandsregelungen wird in den Kurseinheiten, z. B. bei Lehrdemonstrationen und Übungsphasen, durch entsprechende Gruppenteilung oder Abstände im Allgemeinen gewährleistet. Bei Gefahrensituationen kann der Mindestabstand unterschritten werden
  - 15.2. Es wird auf das Seil-in-den-Mundnehmen beim Clippen verzichtet.
  - 15.3. Es sind keine Zuschauer/ Begleitpersonen im gesamten Kletterwandbereich zugelassen.

- 15.4. Der Partnercheck erfolgt ohne Kontakt – verbale und optische Kontrolle reicht.
- 15.5. Die Seilschaften sollten nicht getauscht werden. Es soll während einer Session ausschließlich mit derselben Person bzw. bei Dreiergruppen mit denselben Personen geklettert werden.
- 15.6. Hüftgurte und Sicherungsgeräte werden während einer Kurseinheit nicht zwischen den Teilnehmern getauscht. Nach der Kurseinheit muss das Material in Schrank eins und zwei für 48 Stunden in „PSA Quarantäne“ hängend auslüften. Die 48 Stunden Quarantäne werden gewährleistet, indem im Rahmen der Kursplanung ein entsprechender, zeitlicher Abstand berücksichtigt wird.
- 15.7. Verleihschuhe werden nach jedem Gebrauch durch den Übungsleiter desinfiziert.
16. 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.
17. 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.
18. Gegenseitige Rücksichtnahme ist eine Selbstverständlichkeit! Jede/ r muss daher:
- 18.1. bei Unwohlsein/ Krankheit dem Sport fernbleiben,
- 18.2. den Ahorn-Sportpark nach Kursende umgehend wieder verlassen.

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.