

Hygienekonzept des Landesruderverbandes Mecklenburg-Vorpommern für den Trainingsbetrieb in Kessin

Vorbemerkung

Aufgrund politischer und behördlicher Maßnahmen zur Begrenzung der Ausbreitung des neuartigen Coronavirus war der Landesruderverband Mecklenburg-Vorpommern (LRV MV) zeitweise gezwungen, den Trainingsbetrieb komplett einzustellen. Die aktuelle Situation und die daraus abgeleiteten neuen politischen Beschlüsse erlauben eine schrittweise Wiederaufnahme des Trainings. Um den aktuellen gesetzlichen Vorgaben gerecht zu werden und einen bestmöglichen Infektionsschutz zu gewährleisten, hat der Vorstand den unten folgenden Hygieneplan beschlossen. Alle Sportler sind darüber hinaus gehalten, sorgfältig die Hygienehinweise der Gesundheitsbehörden bzw. des Robert- Koch-Instituts (RKI) zu beachten.

1. Persönliche Hygiene

Das neuartige Coronavirus ist von Mensch zu Mensch übertragbar. Der Hauptübertragungsweg ist die Tröpfcheninfektion. Dies erfolgt vor allem direkt über die Schleimhäute der Atemwege. Darüber hinaus ist auch indirekt über Hände, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut sowie die Augenbindehaut in Kontakt gebracht werden, eine Übertragung möglich.

Wichtigste Maßnahmen:

- Athleten und Betreuer dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen nicht am Training teilnehmen, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt anrufen und dessen Anweisungen befolgen; das gilt auch für den Fall das Personen, mit denen unmittelbarer Kontakt besteht (Familienangehörige, Freunde, Mitschüler), möglicherweise infiziert sind. Die Trainingsgruppe oder andere Kontakte sind umgehend zu informieren. Das Benutzen von Gemeinschaftseinrichtungen und Trainingsräumen ist bei einem Verdachtsfall nicht gestattet.
- Körperkontakte und Berührungen sind zu vermeiden oder auf das Minimum zu reduzieren. Rudern ist eine kontaktlose Sportart. Gewohnte Rituale, Händeschütteln, Umarmungen oder „Abklatschen“ müssen unterbleiben.
- Händehygiene: regelmäßig und sorgfältig mindestens 30 Sekunden lang die Hände mit Seife und heißem Wasser waschen (siehe <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen.html>).
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere nicht die Schleimhäute berühren, d. h. nicht an den Mund, an die Augen und an die Nase fassen.
- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken oder Handläufe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen.
- Die Husten- und Niesetikette einhalten: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen. Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand halten, am besten wegdrehen.

Gemäß dem Hygieneplan für Schulen ist nach Konsultation des Ministeriums für Bildung, Wissenschaft und Kultur mit dem Landesamt für Gesundheit und Soziales sowie führenden Wissenschaftlern der Universitätsmedizin Rostock eine Händedesinfektion nicht notwendig. Oben genannte Experten führen aus, dass die Gefahren die Vorteile überwiegen. Am wichtigsten ist, die Hände regelmäßig und gründlich mit Seife zu waschen.

2. Distanzregeln

Beim Training im Freien hat eine Person ein geringes Risiko, sich anzustecken. Das Risiko kann sekundär durch die Nähe zu Trainingspartnern erhöht werden.

Die Organisation des Trainingsbetriebs für die Kinder und Jugendlichen erfolgt durch die Trainer nach den im Hygieneplan festgelegten Vorgaben. Es werden regelmäßige Belehrungen über die Verhaltensregelungen durchgeführt.

Auf die Nutzung des Fahrtenbuchs wird noch einmal nachdrücklich hingewiesen. Mit dem Eintrag in das Fahrtenbuch wird auch dem Vorstand die Zustimmung erteilt, auf Verlangen der Gesundheitsbehörde Kontaktdaten weitergeben zu dürfen. (siehe auch Ziff. 5.)

Kraft- und Ergoraum: An allen Geräten, ist bei Nutzung ein privates Handtuch als Unterlage zu verwenden. Die Sitz- /Liegefläche der Geräte sind nach Nutzung mit einem Tuch abzuwischen. Die Handgriffe aller Geräte sind nach der Nutzung abzuwischen.

Es ist für eine konstante Zusammensetzung der Trainingsgruppen zu sorgen.

3. Reinigung durch Dienstleister

Generell nimmt die Infektiosität von Coronaviren auf unbelebten Oberflächen in Abhängigkeit von Material und Umweltbedingungen wie Temperatur, Feuchtigkeit und UV-Einwirkung rasch ab. Nachweise über eine Übertragung durch Oberflächen im öffentlichen Bereich liegen bisher nicht vor.

Im LRV in Kessin steht die Reinigung von Oberflächen im Vordergrund. Im Gegensatz zur Reinigung wird eine routinemäßige Flächendesinfektion auch in der jetzigen COVID-Pandemie durch das RKI nicht empfohlen. Hier ist die angemessene Reinigung völlig ausreichend.

Folgende Areale werden besonders gründlich und in stark frequentierten Bereichen nach Möglichkeit täglich gereinigt:

- Türklinken und Griffe (auch an Rolltoren der Bootshalle) sowie der Umgriff der Türen
- Lichtschalter
- alle weiteren Griffbereiche, wie z. B. Computermäuse und Tastaturen. (Fahrtenbuch-PC)

In allen Waschräumen werden ausreichend Flüssigseifenspender und Einmalhandtücher bereitgestellt und regelmäßig aufgefüllt. (Behälter für Papierhandtücher täglich füllen, je Waschbecken eine (ggf. angebrochene) Flasche Flüssigseife) Die entsprechenden Auffangbehälter für Einmalhandtücher werden regelmäßig geleert.

Toilettensitze, Armaturen, Waschbecken und Fußböden der Sanitärbereiche werden regelmäßig gereinigt.

Reinigung durch Sportler

Die Griffe der Skulls sind nach jedem Training durch den Sportler selbst feucht zu reinigen.

Gleiches gilt für die Rollsitze sowie die unmittelbare Umgebung des Rollsitzes im Innenbereich des Bootes.

Tastatur und Maus des Fahrtenbuch-PC sind nach Bedienung mit einem Feuchttuch abzuwischen.

Während des Trainings in Kraft- und Ergoraum sind die unter 2c) genannten Reinigungsmaßnahmen permanent durchzuführen.

Räumlichkeiten und Flure sind regelmäßig zu lüften. Kraft- und Ergoraum sind während der Nutzung regelmäßig durch die trainierenden Sportler zu lüften. Umkleieräume sind regelmäßig zu lüften.

5. Dokumentations- und Mitteilungspflichten

Das Training und die Trainingsgruppen sind zu dokumentieren, um Kontakte nachvollziehen zu können.

Die Dokumentation erfolgt durch den jeweiligen Sportler im Fahrtenbuch. Zusätzlich zu den üblicherweise dokumentierten Zeiten für das An- und Ablegen sind im Bemerkungsfeld die Zeiten für das Betreten und Verlassen des Geländes einzutragen, um die tatsächliche Anwesenheitszeit auf dem Gelände in Kessin nachvollziehen zu können.

Sportler, welche positiv auf COVID-19 getestet wurden, und in den 3 Tagen vor Auftreten der ersten Symptome am Training teilgenommen haben, haben dies unverzüglich dem Trainer und dem Vorstand mitzuteilen. Dabei ist auch anzugeben, ob bei diesen Trainingsgelegenheiten Kontakt zu anderen Sportlern bestand.

6. Personen mit einem erhöhten Risiko für einen schweren COVID- 19- Krankheitsverlauf

Bei bestimmten Personengruppen ist das Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf höher (siehe Hinweise des RKI unter: https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html).

Dazu zählen über 60jährige Personen sowie Menschen mit vorbestehenden Grunderkrankungen, insbesondere:

- Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems (z. B. koronare Herzerkrankung und Bluthochdruck)
- chronische Erkrankungen der Lunge (z. B. COPD, Mukoviszidose).
- chronischen Lebererkrankungen
- Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- Krebserkrankungen
-

- ein geschwächtes Immunsystem (z. B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder durch die regelmäßige Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr beeinflussen und herabsetzen können, z. B. Cortison)
- neurologisch bedingte systemische Muskelerkrankungen Personen mit den o.g. Vorerkrankungen ist das Betreten des Vereinsgeländes nicht gestattet.

Personen, welche einzig aufgrund ihres Lebensalters mit einem höheren Risiko rechnen müssen, entscheiden selbst auf Basis ihres individuellen Gesundheitszustandes. Es wird empfohlen, im Zweifelsfall auf das Training zu verzichten.

7. Bekanntgabe

Der Hygieneplan wird auf der Homepage der Olympischen Ruderclubs bekannt gegeben. Zusätzlich erfolgt ein Aushang im Flur der Räumlichkeiten.

8. Quelleninformation

Das Hygienekonzept wurde grundsätzlich durch den LRV erstellt. Dabei wurde, teils wörtlich, teils mit auf den Trainingsbetrieb angepassten Änderungen, auf folgende Dokumente zurückgegriffen:

- 2. Einhaltung der auf den Internetseiten des Wirtschaftsministeriums M-V veröffentlichten Hygieneregeln für den Sportbetrieb („Allgemeine Hinweise für Sportveranstaltungen im Zusammenhang mit der Lockerung der Corona-Pandemie-Maßnahmen“):
<https://www.lsb-mv.de/export/sites/lbmv/downloads/News-2020/Hygienehinweise-LAGuS-Corona-Sportveranstaltungen.pdf>
- Handlungsgrundlage für Training und Wettkampf sind Rahmenempfehlungen des DOSB
<https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/sportartspezifische-uebergangsregeln/?Leitplanken>
- Rahmenempfehlungen des LSB M-V
https://www.lsb-mv.de/export/sites/lbmv/downloads/News-2020/Corona_LSB-Rahmenempfehlungen_7.7.20.pdf

Dieses dient ausschließlich dem Zweck, auf den Trainingsbetrieb des LRV übertragbare Regeln und Informationen zu übernehmen, um einen effektiven Infektionsschutz sicherzustellen.