

BTFB 

BERLINER TURN- UND
FREIZEITSPORT-BUND

Hygienekonzept des
Berliner Turn- und
Freizeitsport Bundes e.V

für Kinderturnen/ Eltern-Kind
Turnen/ Gerätturnen für Kinder
Kleinkinderturnen

Das Kinderturnen¹ wird in folgende altersspezifische Angebote unterteilt:

- a) Babys in Bewegung (Babys 1 – 12 Monate)
- b) Eltern-Kind-Turnen (Kleinkinder 1 – 3 Jahre, pandemiebedingt altersungebunden)
- c) Kleinkinderturnen (Kleinkinder 3 – 5 Jahre)
- d) Kinderturnen (Kinder 5 – 10 Jahre)
- e) Gerätturnen für Kinder (Kinder ab 5 Jahren)

1. Distanzregeln einhalten

Abstand zwischen Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren zu reduzieren. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte dementsprechend unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen. Der Umgang mit Distanzregeln während des Sporttreibens muss in Abhängigkeit von den Sportarten und der jeweils aktuell gültigen behördlichen Vorgaben individuell festgelegt werden.

- Da bei körperlicher Aktivität wesentlich mehr Luft und diese weitreichender in den Raum hinein ventiliert wird, sind in Hallen 1,50 - 2,00 m Abstand zu allen anderen Personen empfohlen. Das gilt auch für den Mindestabstand zwischen den Baby-Elternteil-Einheiten bzw. zur nächsten Station des Eltern-Kind-Turnens.
- In einigen Bundesländern geben, insbesondere für den Indoor-Bereich, notwendige Quadratmetervorgaben pro Sportler eine Orientierung.
- Bei Gruppenwechsel genügend Zeit einplanen, sodass sich die Gruppen nicht treffen.
- Wenn möglich getrennte Ein- und Ausgänge nutzen.

2. Körperkontakte auf ein Minimum begrenzen

Sport und Bewegung ohne Körperkontakt sind zu bevorzugen und außerhalb der sportartspezifischen Trainings- und Spielsituationen sollten körperliche Kontakte komplett unterbleiben. So ist auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe bestmöglich zu verzichten.

- Ein Baby/Kind und ein Elternteil werden als eine Einheit betrachtet. Es sollte nach Möglichkeit das gleiche Elternteil das Angebot wahrnehmen.
- Die Übungsleitung reduziert Hilfestellungen auf ein Minimum und gibt in erster Linie mündliche Anweisungen.
- Auf Partnerübungen möglichst verzichten.
- Kein Handschlag zur Begrüßung und Verabschiedung. Abweichend gilt für das Eltern-Kind-Turnen:
 - Kinder bewegen sich bereits eigenständig und werden nach Möglichkeit ihre Eltern betreut. Abweichend gilt für das Kinderturnen:
 - Es sollten Kinder teilnehmen, welche die Abstands- und Kontaktregeln verstehen und umsetzen können sowie Hygieneregeln wie Händewaschen beherrschen.
 - Dies ist durch die Erfahrung der Übungsleitung bzw. durch Bestätigung der Eltern zu beurteilen. Abweichend gilt für das Gerätturnen für Kinder:
 - Kinder nehmen allein ohne Eltern am Training teil.

- Nur moderate Aktivitäten und beherrschte Elemente.
- Entsprechende Trainingsformen und -inhalte wählen, um Distanz wahren zu können und um Körperkontakte zu vermeiden. So sollte auf Partnerübungen möglichst verzichtet und Übungen nach Möglichkeit ohne Hilfestellungen wählen werden.
- Helfen und Sichern durch Übungsleitung und Mittrainierende sollte auf ein Minimum reduziert werden.

Wir schlagen hierzu vor, um den Körperkontakt zu minimieren Parcours für die Bereiche b) bis e) aufzubauen.

3. Freiluftaktivitäten nutzen

Sport und Bewegung an der frischen Luft erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, soweit möglich, auch von traditionellen Hallensportarten im Freien durchgeführt werden.

- Aufgrund der Temperaturen ist eine Umsetzung als Freiluftaktivität für das Angebot Baby in Bewegung nicht möglich.
- Räumlichkeiten müssen den gesetzlichen Vorgaben entsprechen und den Mindestabstand zwischen den Einheiten sicherstellen. Die Räumlichkeiten müssen über gute Belüftungsmöglichkeiten verfügen.
- Die Distanzregeln (s.o.) sind einzuhalten. Abweichend gilt für das Eltern-Kind-Turnen/Kinderturnen/Gerätturnen für Kinder:
- Das Üben und Trainieren an der freien Luft ist, wenn möglich, zu präferieren. Es gelten die Distanzregeln.

4. Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die konsequente Einhaltung der Nies- und Hustenetikette, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen können das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen vor allem auch bei gemeinsam genutzten Sportgeräten konsequent eingehalten werden.

- Wir empfehlen, dass Übungsleitungen und Eltern nach Möglichkeit einen Mund-Nasenschutz tragen.
- Wir empfehlen den Wechsel von Geräten gering zu halten.
- Gegenstände/Kleingeräte sollten weiterhin nach Möglichkeit von Zuhause mitgebracht werden. Gegenstände/Kleingeräte sind nach jeder Nutzung mit Seife abzuwaschen bzw. mit Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt) zu reinigen.
- Vor und nach der Übungseinheit werden von der Übungsleitung, den Kindern und den Eltern die Hände mit Seife gründlich gewaschen.
- Die Räumlichkeiten sollten regelmäßig und intensiv (wir empfehlen nach jeder Übungsgruppe) gelüftet werden.
- **Kleidung der Kinder: nicht barfuß, lange Hose, langes Oberteil**
- Eltern bringen als Unterlage und zum Händetrocknen eigene Handtücher mit.
- In den Toiletten ist ausreichend Seife, Desinfektionsmittel (mind. 61% Alkoholgehalt) und Einweg-Handtücher vorhanden.
- Stark genutzte Bereiche, Flächen und Sportgeräte müssen regelmäßig gereinigt werden.

- Eine regelmäßige Desinfektion (Flächendesinfektionsmittel, die keinen Alkohol enthalten, zum Beispiel mit quaternären Ammoniumverbindungen der Hersteller B. Hartmann, Schülke-Mayr, Ecolab, ansonsten Desinfektionsmittel mit mind. 61% Alkoholgehalt) wird empfohlen, da dies das Infektionsrisiko reduzieren kann.
- Sollte eine Gerätedesinfektion nicht möglich sein, sind in jedem Fall die Hände regelmäßig zu waschen, idealerweise zu desinfizieren.
- Regelmäßige Desinfektion von Türklinken und Griffen, Lichtschaltern, Handläufen
- Regelmäßige Nass-Reinigung von Fußböden
- Kinder und Übungsleitungen bringen ein eigenes kleines Handtuch zum Abwischen von Schweiß mit.

5. Begrenzter Zugang zu Vereinsheimen und Umkleiden

Bei der Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen ist besonders die Einhaltung von ausreichenden Abständen zu sichern. Daher ist darauf zu achten, die Anzahl der Personen, die sich gleichzeitig in den Räumen aufhalten, zu begrenzen, sowie stets für ausreichend Belüftung zu sorgen. Die Gastronomiebereiche können unter den jeweils geltenden Auflagen der Länder öffnen. In geschlossenen Räumen und wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, ist abgesehen von der sportlich aktiven Phase, der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll.

- Bei der Nutzung von Garderoben, Duschen, Gemeinschaftsräumen ist auf die Einhaltung von Abständen zu achten und die Anzahl der Personen entsprechend zu begrenzen sowie stets für eine gute Durchlüftung zu sorgen.
- Es wird empfohlen, dass Kinder kommen bereits mit Sportzeug bekleidet zur Übungsstunde kommen.

6. Veranstaltungen und Wettbewerbe

Für die Durchführung sportlicher Wettkämpfe sollten individuelle Konzepte erarbeitet werden, die organisatorische und hygienische Maßnahmen beinhalten, mit denen das Infektionsrisiko geringgehalten wird und eine Kontaktnachverfolgung möglich ist. Dabei sind sportartspezifische Aspekte sowie die Voraussetzungen der jeweiligen Sport- bzw. Veranstaltungsstätten zu berücksichtigen. Dies gilt insbesondere dann, wenn neben den Sportler*innen auch Zuschauer*innen zugelassen werden können.

7. Trainingsgruppen verkleinern

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen. In einigen Bundesländern geben, insbesondere für den Indoor-Bereich, notwendige Quadratmetervorgaben pro Sportler eine Orientierung.

- Es sind feste Übungsgruppen zu bilden. Ein Wechsel zwischen unterschiedlichen Übungsgruppen ist zu vermeiden.
- Es wird empfohlen, die Baby-Elternteil bzw. Eltern-Kind-Einheiten auf so wenige wie möglich zu beschränken. Die jeweiligen behördlichen Verordnungen der Bundesländer zu zulässigen Gruppengrößen und Quadratmetervorgaben sind grundsätzlich und darüber hinaus je nach örtlicher Gegebenheit unterschiedlich und entsprechend zu beachten.

- Feste Zuordnungen der Übungsleitenden zu den Trainingsgruppen sind – wenn möglich – vorzunehmen. Abweichend gilt für das Kinderturnen:
- Empfohlener Betreuungsschlüssel: 1 Übungsleitung mit fünf Kindern, um eine konsequente Einhaltung von Distanz-, Hygiene- und Kontaktregeln zu ermöglichen.
- Keine Zuschauer*innen; Eltern verlassen nach Übergabe des Kindes das Sportgelände.

8. Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Individualtraining kann eine gut geeignete Option sein.

- Die Gesundheit geht immer vor.
- Risikogruppen können durch Anbieter nicht pauschal identifiziert werden. Es sind somit alle Personen besonders zu schützen.

9. Risiken in allen Bereichen minimieren

Auch wenn sich die allgemeine Infektionsgefahr in den vergangenen Wochen positiv entwickelt hat, gilt es weiterhin, unnötige Risiken im Alltag und beim Sporttreiben zu meiden. Häufig gibt es auch im Sport attraktive und gleichzeitig risikoarme Alternativen, die für ein zeit- und situationsgemäßes Training und sportartspezifische Wettkämpfe in Zeiten der Pandemie genutzt werden können.

- Eine Übungsleitung im Kinderturnen betreut nach Möglichkeit keine weiteren Übungsgruppen im Bereich Ältere (Risikogruppen), sondern nur im Kinderturnen.
- Anwesenheitslisten sind zur Nachverfolgung von Infektionsketten zu führen. (Angaben: Datum, Ort sowie ÜL/TN-Name, Anschrift, Telefon)
- Selbstverständlichkeit: Nur, wer in eigener Selbstbeurteilung vollständig frei von Corona-Virus-Symptomen ist, darf am Training teilnehmen.
- Personen, bei denen COVID-19 diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen und mit ärztlichem Zeugnis wieder am Training teilnehmen.

Die Sommerferien gehen zu Ende und in den Vereinen beginnt langsam wieder das Kinderturnen. Wir haben Mails von Kinderturn-Clubleitungen erhalten, die sehr verunsichert sind aufgrund der Einschränkungen und sich Hilfestellung wünschen. Deshalb hier einige Anregungen und Informationen für das Kinderturnen auf „Distanz“:

file:///C:/Users/BFD.VA/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/Content.Outlook/R1PF TIW0/Praxis_auf_Distanz.pdf

file:///C:/Users/BFD.VA/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/Content.Outlook/R1PF TIW0/IcanDo_Handreichung-Naehe-und-Distanz.pdf

<https://www.htv-online.de/vereinsservice/vereinsberatung/informationen-und-hilfen-in-der-corona-zeit/?L=314>