



## Sportartspezifisches Schutzkonzept für Indoorangebote

### Sportart: Gesundheits- und Rehasport

Stand: 5. Juni 2020

Dieses sportartspezifische Schutzkonzept gilt für alle Angebote der HNT-Gesundheits- und Rehasport-Abteilung, die in geschlossenen Räumen stattfinden. Das Schutzkonzept gilt ergänzend zu den allgemeinen Schutzkonzepten der HNT, die das Verhalten in den eigenen Vereinshallen sowie in öffentlichen Sporthallen regeln. Es beschreibt die für die jeweilige Sportart zusätzlich zu den generellen Vorschriften notwendigen Verhaltensmaßnahmen.

**Den nachfolgend aufgeführten Regeln und Maßnahmen ist unbedingt Folge zu leisten!**

Sie sind auch online unter [www.hntonline.de/restart](http://www.hntonline.de/restart) einsehbar. Bei Zuwiderhandlung sind die Trainer und Mitarbeiter der HNT dazu berechtigt, die Person vom Training auszuschließen und sie auch der Räumlichkeiten zu verweisen.

Im Gesundheits- und Rehasport sind in geschlossenen Räumen zusätzlich folgende Regeln zu beachten:

- Vor und nach jeder Bewegungseinheit **muss der Raum gut gelüftet werden** – am besten Durchzug. Wenn möglich, auch während der Stunde Frischluft über ein Fenster, eine geöffnete Tür o.ä. reinlassen.
- Der **Aufenthalt im Übungsraum** ist auf die Sportstunde zu beschränken.
- Auf **Matten und Geräte** sollte soweit es geht verzichtet werden. Werden doch Matten oder Geräte verwendet, müssen diese vor und nach der Nutzung vollständig gereinigt werden.
- Das Training findet **nur auf der Stelle statt**. Auf freie Bewegung im Raum ist zu verzichten. Die Teilnehmer/innen wechseln während des Trainings auch nicht ihre Positionen.
- Beim **Positionieren in der Halle** muss ebenfalls der Mindestabstand von 2,5 m eingehalten werden. Der Trainer/in achtet darauf, dass die Abstände eingehalten werden.

- Es finden **keine Partnerübungen** statt.
- **Korrekturen durch den Übungsleiter/in** erfolgen nur verbal ohne Körperkontakt und unter Einhaltung des Abstandes.
- **Notwendige Geräte** werden vom Übungsleiter/in aus dem Schrank geholt, bereitgelegt und nach der Stunde wieder verstaut.
- **Verwendete Materialien** (z.B. Matten und Kleingeräte etc.) müssen nach jedem Gebrauch mit einem wirksamen Desinfektionsmittel abgewischt werden.
- Die **Weitergabe bzw. der Tausch von Handgeräten** untereinander ist nicht erlaubt. Besser wäre noch, wenn sich die Teilnehmer/innen eine eigene Matte bzw. auch eigene Alltagsgegenstände als Geräteersatz mitbringen würden (z.B. gefüllte Wasserflaschen statt Hanteln).
- **Ballspiele:** Vor und nach dem Spiel Desinfektion des Balls und der Hände aller Teilnehmer/innen, Abstandsregelung ist einzuhalten, möglichst am Platz stehen bleiben.

#### **Zusatzanweisungen nur für den Rehasport**

- Die **maximale Zahl der Teilnehmer** pro Gruppe beträgt 15 Personen. Die Teilnehmer/innen werden mit ihren Kontaktdaten bei jedem Training erfasst, um eine mögliche Nachverfolgung zu gewährleisten.
- **Keine unterschiedlichen Indikationen in einer Gruppe.** Zum Beispiel keine Lungen- und Herzpatienten in eine orthopädische Gruppe aufnehmen.
- Die Teilnahme ist nur erlaubt, wenn die **Einverständniserklärung vom Deutschen Behindertensportverband** zur Teilnahme am Rehabilitationssport während der Corona-Pandemie unterschrieben wurde.
- Der Teilnahmebogen muss mit **einem eigenen, mitgebrachten Stift** unterschrieben werden.