



# BERLINER LEICHTATHLETIK-VERBAND E. V.

Mitglied im Deutschen Leichtathletik-Verband

Berliner Leichtathletik-Verband e.V. • Hanns-Braun-Straße/ Turnhaus • 14053  
Berlin

Geschäftsstelle:

Hanns-Braun-Straße/ Turnhaus  
14053 Berlin

Telefon 030 / 305 72 50  
Telefax 030 / 305 17 71

[info@leichtathletik-berlin.de](mailto:info@leichtathletik-berlin.de)  
[www.leichtathletik-berlin.de](http://www.leichtathletik-berlin.de)

Deutsche Kreditbank  
IBAN: DE30 1203 0000 1010 6711 11  
BIC: BYLADEM1001

Berlin, den 15.05.2020

## Orientierungshilfen zum Wiedereinstieg in den Trainingsbetrieb

### Voraussetzungen:

**Es können nur Personen das Training aufnehmen, die die folgenden Bedingungen erfüllen - gilt für jedes Training und auch für Trainer!**

- **Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV-Infektion (Husten, Halsweh, Fieber/erhöhte Temperatur, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen).**
- **Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen.**
- **In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet worden ist.**

**In allen anderen Fällen ist die Teilnahme am Training und der Aufenthalt auf der Trainingsstätte untersagt. Über das weitere Vorgehen hat der behandelnde Arzt zu entscheiden.**

→ Ein Training ist ausschließlich unter freiem Himmel erlaubt – kein Kraftraum!

→ Die Anreise zum Training sollte nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln erfolgen (ggf. Maskenpflicht beachten). Auf Fahrgemeinschaften ist ebenfalls zu verzichten.

→ Trainingseinheiten werden unter Ausschluss der Öffentlichkeit absolviert. Eltern oder andere Angehörige haben keinen Zutritt zur Trainingsstätte.

→ Das Training ist so zu organisieren, dass zwischen den einzelnen Trainingsgruppen ein freizuhaltender Mindestabstand von 30m eingehalten werden kann.



- IMMER UND ÜBERALL ist ein Mindestabstand von 2 m zwischen den Personen einer Trainingsgruppe einzuhalten - auch bei allen Trainingsübungen!
- Eine Trainingsgruppe umfasst **maximal 8** Teilnehmer (inkl. Trainer). Die Gruppe ist während des Trainings in sich geschlossen. Ein Wechsel der Gruppe während einer Trainingseinheit ist für Teilnehmer und Trainer verboten.
- Die Maximalanzahl an gleichzeitig trainierenden Trainingsgruppen ist vom Betreiber je nach örtlichen Gegebenheiten festzulegen und richtet sich nach der Fläche bzw. Form der Sportanlage. Ein Beispiel für eine mögliche Stadionbelegung wäre eine Gruppe Weitspringer, eine Gruppe Hochspringer und eine Gruppe Sprinter, bei Vorhandensein einer separaten Wurfanlage, wäre eine Gruppe Werfer zusätzlich möglich.  
Für jede Trainingsstätte werden die zugelassenen Personen (Teilnehmer, Übungsleiter) und Trainingseinheiten lückenlos dokumentiert. Dazu muss für jede Trainingsgruppe und in jeder Einheit eine Anwesenheitsliste mit Datum, Name und Telefonnummer und eine Bestätigung zur Symptombefreiheit geführt werden. Diese Listen sind vom BLV bzw. dem Verein aufzubewahren und bei Bedarf dem zuständigen Gesundheitsamt auszuhändigen. Die Protokollpflicht ist die Grundlage für die Nachverfolgung der Infektionsketten.
- Beim Lauftraining ist bei hintereinander laufenden Athleten\*innen ein Abstand von 15m einzuhalten („Tröpfchenwolke“). Sollten sich Läufer\*innen überholen, muss eine Bahn freigehalten werden, um den 2m Abstand einhalten zu können.
- Für Lauftreffs gelten weiterhin die Kontaktbeschränkungen für Freizeitaktivitäten. Das bedeutet, dass nur 2 Personen aus unterschiedlichen Wohngemeinschaften oder 2 Familien aus 2 Wohngemeinschaften gemeinsam laufen dürfen. Die Abstandsregeln müssen beachtet werden.
- Nach dem Training fahren/ gehen die Athlet\*innen DIREKT nach Hause, kein Duschen auf der Sportanlage. Alle benutzten Sportgeräte sind zu desinfizieren! Bitte sorgt dafür, dass Hygienemittel (Geräte- und Händedesinfektion) vor Ort sind. Wir empfehlen zusätzlich, dass jeder Trainer/ Athlet ein eigenes Händedesinfektionsmittel mit sich führt.
- Alle Teilnehmer am Training halten die allgemeinen Hygienemaßnahmen und Vorgaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung streng ein (siehe Hygienetipps)
- „Begrüßungsrituale“ (Handschlag, Umarmung etc.) sind zu unterlassen!
- In den Toiletten wird ein Hinweis auf gründliches Händewaschen angebracht und es werden ausreichend desinfizierende Seife sowie nicht wiederverwertbare Papierhandtücher zur Verfügung gestellt.
- Trainingsgeräte (Kugeln/Diskens/Speere/Stäbe etc.) werden in der Trainingseinheit jedem einzelnen Athleten zugeordnet und durch keinen anderen Athleten genutzt. Dieser hat die Geräte nach dem Training zu desinfizieren. Staffeltraining ist durch die gemeinsame Nutzung eines Gerätes nicht möglich!

→ Das Auflegen der Latte sollte ausschließlich durch den Trainer erfolgen; ebenso das Aufstellen der Hürden oder das Einebnen der Weitsprungrube.

→ Die Nutzung von Matten für die Gymnastik, die Mobilisation und das Stabilisationstraining ist untersagt. Alle Teilnehmer nehmen hierfür eigene Handtücher oder Isomatten mit in das Training.

→ Den Trainer\*innen wird das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes empfohlen.

→ Bitte informiert Euch täglich in den Medien über die aktuellen Entwicklungen und Empfehlungen zum Coronavirus. Der BLV wird auf seiner Homepage die aktuellen Informationen und Empfehlungen veröffentlichen.

