

**Hygienemaßnahmen und Regelungen des AMC Helpup e.V. im ADAC  
für die Durchführung des kontaktfreien Trainings- und Sportbetriebes  
unter Berücksichtigung und Einhaltung der**

**Verordnung des Landes NRW zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 (Coronaschutzverordnung – CoronaSchVO) in der ab dem 11. Mai 2020 gültigen Fassung**

1. Sämtliche Hygienemaßnahmen und Regelungen sind allen Teilnehmenden, Übungsleiter\*innen/Trainer\*innen und Mitarbeiter\*innen/Helfer\*innen und Begleitpersonen vor Beginn der Trainings- bzw. Sparteinheit mitzuteilen.
2. Die hier aufgeführten Hygienemaßnahmen und Regelungen sowie weitere Information über die wichtigsten Verhaltens- und Hygieneregeln (richtig Hände waschen/desinfizieren, Niesen/Husten, Abstand, Körperkontakt) werden auf dem Trainings- bzw. Sportgelände ausgehängt.
3. Für die jeweilige Trainings- bzw. Sparteinheit wird durch die jeweiligen Trainer\*innen ein\*e oder mehrere Beauftragte\*r benannt, um die Einhaltung der hier aufgeführten Maßnahmen und Regelungen zu überprüfen und bei der Umsetzung zu unterstützen.
4. Für jede Trainings- bzw. Sparteinheit wird eine Anwesenheitsliste mit Datum und Uhrzeit geführt. Es werden die Namen, der an der Trainings- bzw. Sparteinheit beteiligten Personen dokumentiert und bis auf weiteres aufbewahrt, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können.
5. Trainer\*innen, Übungsleiter\*innen, Helfer\*innen, Teilnehmer\*innen, Begleitpersonen etc. die an der Trainings- bzw. Sparteinheit teilnehmen oder sich auf dem Trainings- und Sportgelände aufhalten müssen folgende Voraussetzungen erfüllen und dies vor der Trainings- bzw. Sparteinheit (mündlich) bestätigen:
  - Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
  - Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
  - Die Hygienemaßnahmen werden eingehalten (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände, tragen eines Mund-Nasen-Schutzes).

6. Handdesinfektionsmittel bzw. Seife und Wasser und falls erforderlich Papierhandtücher, wird auf dem Trainings- bzw. Sportgelände bereitgestellt.
7. Gästen und Zuschauer\*innen ist der Zutritt zur Trainings- und Sportstätte untersagt.
8. Kinder bis 14 Jahre dürfen durch eine erwachsene Person begleitet werden.
9. Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporeinheit unterbleiben.
10. Ein Personenabstand von mindestens 1,5 Metern muss jederzeit eingehalten werden. Dies gilt auch in Warteschlangen.
11. Wenn die Einhaltung des Mindestabstands aus medizinischen, rechtlichen, ethischen oder baulichen Gründen nicht möglich ist, ist eine textile Mund-Nase-Bedeckung zu tragen (zum Beispiel Alltagsmaske, Schal, Tuch).
12. Ein Mund-Nasen-Schutz ist von den jeweiligen Trainer\*innen, Übungsleiter\*innen, Helfer\*innen, Teilnehmer\*innen, Begleitpersonen etc. die an der Trainings- bzw. Sporeinheit teilnehmen oder sich auf dem Trainings- und Sportgelände aufhalten, selbst mitzubringen.
13. Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben verkleinert worden. Das Training findet zu unterschiedlichen Zeiten und in mehreren Gruppen statt.
14. Wettkampfbetrieb ist untersagt.
15. Der Fahrer- und Gruppenwechsel erfolgt kontaktlos.
16. Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen desinfizieren je nach Erfordernis, zur Einhaltung der Hygieneregeln und als Infektionsschutzmaßnahme, vor der Nutzung des Karts das Lenkrad und falls erforderlich weitere Teile des Karts.
17. Wenn sich Teilnehmende während der Sporeinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden bei dem\*der Trainer\*in/Übungsleiter\*in geschehen.
18. Alle Teilnehmenden verlassen die Trainings- bzw. Sportstätte unmittelbar nach Ende der Trainings- bzw. Sporeinheit.

---

Quellen: -Verordnung des Landes NRW zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 (Coronaschutzverordnung – CoronaSchVO) in der ab dem 11. Mai 2020 gültigen Fassung  
-Empfehlungen zur Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Leitfaden für Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen, Stand: 7. Mai 2020, Landessportbund Nordrhein-Westfalen  
-Empfehlungen bei der Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Wegweiser für Vereine, Stand: 7. Mai 2020, Landessportbund Nordrhein-Westfalen  
- Nutzung der Sportanlagen im Breiten- und Freizeitsport in Oerlinghausen, Stadt Oerlinghausen, vom 11.05.2020