





Naturfreunde Österreich

Sportmanagement

Covid 19: Allg. Empfehlungen für Sportveranstaltungen (Stand 30.9.2020)

Die Sport- und Bewegungsangebote der Naturfreunde-Ortsgruppen sind gekennzeichnet durch soziale Begegnungen. Einerseits bringen Sport und Bewegung enorm positive Effekte für das Wohlbefinden und die Gesundheit mit sich. Auf der anderen Seite finden sportliche Betätigungen meist im sozialen Kontext statt, der ein Covid 19 - Infektionsrisiko in sich birgt.

Wir sind daher aufgefordert, aus Solidarität zu allen Mitmenschen im allgemeinen und gefährdeten Personengruppen im speziellen, unsere sozialen Kontakte dementsprechend zu organisieren, dass die notwendigen Abstandsregeln und Verhaltensmaßnahmen zur Vermeidung von Infektionen eingehalten werden können.

Um eine Ansteckungsgefahr auszuschließen bzw. möglichst gering zu halten, sind alle Sportler*Innen, Betreuer*Inne und Trainer aufgefordert, die empfohlenen Hygiene-/Verhaltensmaßnahmen und Abstandsregeln in Selbstverantwortung umzusetzen und einzuhalten.

Die vorliegende Leitlinie beschreibt Maßnahmen im Zusammenleben gesunder Veranstaltungsteilnehmer*Innen unter dem Gesichtspunkt, dass eine Verbreitung von COVID-19 Infektionen, möglichst auszuschließen ist.

Bei Naturfreunde Veranstaltungen angemeldete Teilnehmer*Innen, die unter Verdacht stehen oder bestätigt an COVID-19 erkrankt sind dürfen keinesfalls an dieser teilnehmen.



1 Grundprinzipien



Sollten Sie die für Corona typischen Krankheitssymptome aufweisen, bleiben Sie bitte zu Hause und kontaktieren Sie Ihre Hausärztin/ Ihren Hausarzt oder die 24h-Hotline - 1450!

Es wird empfohlen:

- In die Ellenbeuge zu husten und zu niesen
- Sich regelmäßig die Hände zu waschen oder zu desinfizieren
- Zu anderen Personen, die nicht im selben Haushalt leben, mindestens 1 Meter Abstand zu halten
- Menschenansammlungen zu vermeiden
- Einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen, wann immer Abstand nicht eingehalten werden kann oder viele Menschen zusammenkommen
- Räume regelmäßig und gut zu lüften

2 Ampelregelung

Die aktuellen (zeitlich und regional) Empfehlung und Maßnahmen gem. der „Ampelregelung“ sind in jeglichem Handeln und Verhalten zu berücksichtigen: <https://corona-ampel.gv.at/ampelfarben/>



3 Information Trainer und Instrukturen

Trainer und Instrukturen sind vor Beginn der Veranstaltung über COVID-19-relevante **Fragestellungen zu unterrichten und insbesondere die Inhalte eines ev. erstellten Präventionskonzeptes** für Naturfreunde Sportveranstaltungen zur Kenntnis zu bringen. Zudem sollen diese über Symptome und Maßnahmen zum notwendigen Eigenschutz und Fremdschutz unterrichtet werden:

Häufigste Symptome	Seltenere Symptome	Schwere Symptome
Fieber	Gliederschmerzen	Atembeschwerden oder Kurzatmigkeit
Trockener Husten	Halsschmerzen	Schmerzen oder Druckgefühl im Brustbereich
Müdigkeit	Durchfall	Verlust der Sprach- oder Bewegungsfähigkeit
	Bindehautentzündung	
	Kopfschmerzen	
	Verlust des Geschmacks- oder Geruchssinns	
	Verfärbung an Fingern oder Zehen oder Hautausschlag	

Im Durchschnitt vergehen ab der Infektion mit dem Virus bis zum Auftreten von Symptomen auftreten 5–6 Tage. Es kann jedoch auch bis zu 14 Tage dauern.

4 Allgemeine Hygienemaßnahmen

Die notwendigen Bedingungen zur Umsetzung der Hygienemaßnahmen sind vom Veranstalter in Kooperation mit dem Quartiergeber bzw. Sportstättenbetreiber herzustellen.

- Ein Mund-Nasen-Schutz ist entsprechend der aktuellen Empfehlungen der Covid 19 – MV zu tragen
- Möglichkeiten der **Händedesinfektion** schaffen/nützen:
Händewaschen (mit Seife) ist vorzuziehen. **Keinesfalls** Händewaschen und Desinfektion



- **Händewaschen:** Bei Betreten der Einrichtung, bei Bedarf (z.B. Niesen) und regelmäßig z.B. vor Einnahme von Mahlzeiten. Entsprechenden allg. Empfehlungen sind zu beachten (mind. 30 Sekunden, warmes Wasser, Seife)
- Alters- und situationsadäquate Aufklärung der Teilnehmer*Innen über Hygiene (Husten/Niesen, ...)
- Berührungen von Augen, Nase und Mund sind zu vermeiden.
- Regelmäßiges Lüften (zumindest 1x pro Stunde, wenn möglich Querlüften)
- Werden Sportgeräte von unterschiedlichen Teilnehmer*Innen verwendet, so sind diese zu nach jedem Gebrauch zu desinfizieren.

5 Abstandsregeln und Maskenpflicht im Sport (Sport Austria)

		Mindestabstand beim Betreten	Maskenpflicht beim Betreten	Mindestabstand beim Sport	TeilnehmerInnengrenze bei Veranstaltung ohne zugewiesene und gekennzeichnete Sitzplätze
Sportstätte	outdoor	1m	nein	kein Mindestabstand beim Sport	100
	indoor		ja		10*
Öffentliche Freifläche outdoor (Wiese, Park etc.)			nein		100

* In einer Sportstätte können auch mehrere Gruppen parallel trainieren, falls eine Durchmischung ausgeschlossen werden kann. Bei Mannschaftssportarten, wie beispielweise Fußball oder Basketball, ist die für die Ausübung der jeweiligen Sportart erforderliche Anzahl an SpielerInnen nicht in die HöchstteilnehmerInnenzahl miteinzurechnen.

6 Sportartspezifische Hinweise bzw. FAQ zur Sportausübung findest du online

<https://www.sportaustria.at/de/schwerpunkte/mitgliederservice/informationen-zum-coronavirus/faq-coronakrise/>



7 Präventionskonzept für Naturfreunde – Veranstaltungen

Das vorliegende Präventionskonzept für Naturfreunde-Veranstaltungen (DOWNLOAD) dient als Grundlage für die Durchführung von Veranstaltungen, bei denen ein solches notwendig bzw. gefordert ist. Dieses Konzept wird online regelmäßig aktualisiert und soll/muss vom Veranstalter an die regionalen/lokalen Bedingungen angepasst werden.

Wir wünschen euch trotz der Notwendigkeit der Einhaltung diverser Maßnahmen und den damit verbundenen Einschränkungen viele schöne und unfallfreie Stunden in der Natur und am Berg. Für detaillierte Fragen sind wir sehr gerne für euch erreichbar.

Berg Frei

Peter Gebetsberger

Sportmanagement Naturfreunde Österreich