

An alle Kursteilnehmenden des Allgemeinen Hochschulsports

Leitfaden für die Durchführung und Teilnahme am Präsenzangebot des Allgemeinen Hochschulsports der Justus-Liebig-Universität Gießen in Corona-Zeiten ab dem 10. Januar 2022

I. Allgemeines

1. Die Hygieneschutzmaßnahmen und -regelungen sind an alle Teilnehmende, Übungsleitende und Hochschulsport-Mitarbeitende kommuniziert:

- über die Homepage bei der Online-Kursanmeldung
- per E-Mail vorab an die Teilnehmenden

2. Es werden nur anmeldepflichtige und kontaktlose Sport- und Bewegungskurse angeboten. Es findet keine Schnupperwoche statt.

3. Anwesenheitslisten für jede Trainingseinheit der Sportkurse sind vorbereitet, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können, d.h.

- nur angemeldete Studierenden und Bediensteten der JLU sowie der Technischen Hochschule Mittelhessen (THM) und der Philipps-Universität Marburg (PUM) können teilnehmen
- die Teilnehmerlisten werden in jeder Kursstunde durch den Übungsleitenden/die Ticket-Agenten kontrolliert.

4. Jede/r Teilnehmende sorgt selbst für die eigenen notwendigen Materialien zur Einhaltung der Hygienevorschriften (z. B. Mund-Nasen-Schutz).

5. Jede/r Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen, diese bei der Anmeldung zum Hochschulsportkurs bestätigen und während des Kurses einhalten:

- Für alle ahs-Präsenzkurse werden die jeweils aktuell geltenden Zugangsbeschränkungen nach der Coronavirus-Schutzverordnung angewendet. Ein Nachweis ist vor der Kursstunde vorzuzeigen.
- Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome. Eine Teilnahme bei Erkältungs-/Grippe-symptomen ist nicht möglich.
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- Die RKI-Hygienemaßnahmen und -regeln werden eingehalten (Abstand halten, konsequente Einhaltung der Etikette beim Husten und Niesen, regelmäßiges Waschen der Hände in den Trinkpausen, vor und nach dem Training).
- Die Umkleide- und Duschräume dürfen unter Beachtung der max. zugelassenen Personenzahl genutzt werden. Es wird empfohlen, das Gelände in Sportkleidung zu betreten und zu verlassen.
- Im Vorraum der Sportstätten werden die Straßen- zu Hallenturnschuhen gewechselt.
- Toiletten, auch zum Händewaschen, werden nur einzeln betreten.

6. In den Räumen oder im Eingangsbereich der Sportanlagen sind Handdesinfektionsspender installiert, diese sollten vor dem Kursbeginn benutzt werden. Weitere Handdesinfektionsspender befinden sich auf den Toiletten.
7. Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach dem Ende der Sporteinheit. Gruppenbildungen sind inner- und außerhalb der Sportstätten zu vermeiden.
8. Zwischen den Sporteinheiten ist eine Pause von 30 Minuten vorgesehen, um Hygiene- und Lüftungsmaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Diese Zeit darf nicht für den Auf- und Abbau genutzt werden.
9. Gästen sowie Zuschauerinnen und Zuschauern ist der Zutritt zu den JLU-Sportstätten nicht gestattet.
10. Für Situationen, in denen im Rahmen der Ersthilfe der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, z.B. Sturz oder Verletzung, stehen den Übungsleitenden FFP2-Masken und Einmalhandschuhe in allen Erste-Hilfe-Kästen und AED-Geräten zur Verfügung.

II. Nutzung der Sportstätte

1. Bei Nutzung einer städtischen/ kommunalen Sportstätte ist die Einhaltung der entsprechenden Richtlinien des Trägers zu gewährleisten.
2. Beim Sportbetrieb selbst müssen keine Mund-Nasen-Schutzmasken getragen werden, sofern der Mindestabstand eingehalten wird. In den nicht sportlich aktiven Zeiten des Übungsbetriebs sowie beim Betreten der Räume ist ein medizinischer Mund-Nasen-Schutz zu tragen.
3. Die Teilnehmenden sind informiert, dass der Zutritt zur Sportstätte
 - nacheinander,
 - ohne Warteschlangen,
 - mit entsprechendem Mund-Nasen-Schutz und
 - unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Meternerfolgt.
4. Aushänge und Handzettel informieren über die wichtigsten Verhaltens- und Hygieneregeln (richtig Hände waschen/ desinfizieren, Etikette beim Niesen/ Husten, Abstand, Körperkontakt, Lüftung der Räume).
5. In den Sanitäranlagen gibt es eine ausreichende Menge an Flüssigseife, Papierhandtüchern und Desinfektionsmittel. Der Abfall sollte in geschlossenen Behältern kontaktfrei entsorgt werden.
6. Auch in den Sanitäranlagen muss ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten und möglichst ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
8. Jede/r Teilnehmende bringt nach Bedarf eine eigene Matte, Handtuch, Kugelschreiber, etc. mit.

III. Hinweise zum Übungs-und Trainingsablauf

1. Übungsleitende werden die Einhaltung der Zugangsbeschränkungen vor jedem Kurstermin überprüfen.
2. Übungsleitende werden vor jeder Stunde auf entsprechende Verhaltensmaßnahmen hinweisen: Bei Zuwiderhandlung ist der/ die Übungsleitende berechtigt die Teilnehmenden vom Kurs auszuschließen und diesen Ausschluss an den Allgemeinen Hochschulsport zu melden.
3. Sämtliche Körperkontakte müssen vor, während und nach der Sporteinheit unterbleiben. Dazu zählen auch sportartbezogene Hilfestellungen sowie Partnerübungen, auch Begrüßungsrituale (Abklatschen, Umarmung, etc.) sind unbedingt zu vermeiden.
4. Alle Sport-und Trainingsmaßnahmen werden kontaktfrei durchgeführt.
5. Die Gruppengrößen sind gemäß den geltenden Vorgaben verkleinert worden.
6. Zu allen Zeiten des Übungsbetriebs ist auf Abstand zu achten (mind. 3-4 m Abstand in alle Richtungen, um Reserven bei spontanen Bewegungen zu haben). Es steht eine ausreichende Anzahl von Sanitärräumen zur Verfügung. Die Abstände von mindestens 1,5m sind bei der Nutzung einzuhalten. Bei Nichteinhaltung der Abstände sollte ein medizinischer Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
7. Übungsleitende weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit individuelle Trainings- und Pausenflächen zu, gemäß den geltenden Vorgaben.
8. Die Nutzung von Geräten des Hochschulsports wird auf das notwendige Mindestmaß eingeschränkt.
9. Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte (z. B. Yogamatten) mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
10. Sportgeräte werden individuell genutzt und nach Gebrauch desinfiziert.