

Hygienekonzept zur Wiederaufnahme der Hochschulsport- und Gesundheitskurse des Zentrums für Sport und Gesundheitsförderung (ZfSG) für die Stufe des eingeschränkten Normalbetriebs der Technischen Universität Chemnitz

I Allgemeine Grundsätze

1. Hintergrund

Der Universitätssport genießt eine wichtige Rolle im studentischen Leben, auch in gesundheitsfördernden Aspekten im physischen und psychischen Bereich. Das vorliegende Konzept für die Stufe des eingeschränkten Normalbetriebes der TU Chemnitz umfasst die Durchführung des Trainings- und Kursbetriebes des ZfSG (Hochschulsportangebote und Gesundheitskurse für Mitarbeiter*innen) auf den Außen-¹ und/oder Innensportanlagen² der TU Chemnitz.

2. Grundlagen

Grundsätzlich ist das [Hygienekonzept der TUC](#) einzuhalten. Das vorliegende Konzept orientiert sich zudem an den Vorgaben und Leitlinien der Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales und Gesellschaftlichen Zusammenhalt zum Schutz vor dem Coronavirus SARS-CoV-2 und COVID-19, der [Allgemeinverfügung zum Vollzug des Infektionsschutzgesetzes](#), an den Empfehlungen des [Robert Koch-Instituts zum Infektionsschutz](#) sowie den sportbereichsspezifischen [Handlungsempfehlungen für den Hochschulsportbetrieb im Rahmen der Corona-Krise](#) des Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverbandes (Bochum/Dieburg, 28.05.2020). Des Weiteren gelten, je nach Austragungsort, die untergeordneten Hygienekonzepte der Sportstätten der TU Chemnitz: das [Hygienekonzept der Sporthalle am Thüringer Weg](#) und das [Hygienekonzept des universitären Fitnessstudios ZFG](#).

3. Testpflicht

Entsprechend der „3G-Regel“ gilt eine Testpflicht, von welcher Geimpfte und Genesene befreit sind. Entsprechende Nachweise (Test-, Impf- oder Genesenen-Nachweise) sind schriftlich oder digital vor Beginn des Kurses dem/der jeweils verantwortlichen Übungsleiter*in, ggf. in Kombination mit einem amtlichen Ausweisdokument oder der TUC-Card, zu erbringen. Akzeptiert werden Tests, die durch medizinisch geschultes Personal oder unter Aufsicht an der TU Chemnitz vorgenommen werden. In Anlehnung an die derzeitige Verordnungslage gilt für die Forderung der Tagesaktualität von Schnelltests künftig, dass die Vornahme der Tests bei Kursbeginn nicht länger als 24 Stunden zurückliegen darf. Es darf jedoch lediglich eine Sichtkontrolle vorgenommen werden. Test-, Impf- oder Genesenen-Nachweise sind weder

¹ Freisportanlagen Thüringer Weg (2 Beachvolleyballplätze, Fußballkunstrasenplatz, Tartanumlaufbahn, Basketballplatz)

² Sporthalle Thüringer Weg, universitäres Fitnessstudio ZFG

von der Übungsleitung einzubehalten, noch zu scannen, kopieren o. ä. und verbleiben bei der jeweiligen Nutzerin bzw. dem jeweiligen Nutzer.

4. Durchführungsbedingungen von Kursen im Rahmen des Hochschulsports und der Gesundheitsförderung für Mitarbeiter*innen und Studierende der TUC

Alle Kursleiter*innen bestätigen mit dem [Belehrungsformular](#) und ihrer Unterschrift die Einhaltung der Hygienebestimmungen, die Führung von Anwesenheitslisten sowie die Einhaltung der Kontaktkettennachverfolgung mittels [Formblatt](#). Alle Kursteilnehmer*innen werden vor Beginn der Kurse von dem/der Übungsleiter*in über die Risiken und Eigenschaften des SARS-CoV-2-Virus sowie über die an der TUC geltenden Hygieneregeln (z. B. Niesetikette, Gesichtskontakt, Händewaschen, Mindestabstand, medizinische Maske) und über spezielle Regeln dieses Konzeptes informiert. Verantwortlich für die Einhaltung der Hygiene- und Infektionsschutzanforderungen sind die Übungsleiter*innen. Ein Kurs kann kurzfristig aufgrund corona-bedingter Änderungen der Rahmenbedingungen entfallen. Die Teilnehmer*innen haben in diesem Fall kein Anrecht auf ein Nachholen des Kurses. Die Rückerstattung von Kursgebühren erfolgt, sofern dies möglich ist, über den Universitätssport/das ZfSG. Sofern sich bestehende Regelungen den Kursbetrieb betreffend ändern (z. B. Anpassungen der Hygienevorgaben der Universität), so ist diesen Folge zu leisten. Die Kursleiter*innen werden von der Universitätssport-/ZfSG-Leitung per E-Mail oder Telefon informiert, sofern eine Überschreitung der kritischen Grenzwerte vorliegt und der Kursbetrieb davon betroffen ist. Die Kursleiter*innen haben den Anweisungen Folge zu leisten und in Absprache mit der ZfSG-Leitung die Teilnehmer*innen des Kurses zu informieren. Ein Verstoß gegen die Vorgaben des Hygienekonzeptes führt zum Ausschluss aus dem Kurs ohne Anspruch auf Gebührenerstattung.

5. Mindestabstand

Die Übungsleiter*innen werden darüber in Kenntnis gesetzt, dass die Kurse so zu konzipieren sind, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen den Teilnehmer*innen stets eingehalten werden kann. Es ist in jedem Fall der Sammelpunkt vor der Sporthalle zu nutzen. Auch hier ist auf die Einhaltung des Mindestabstandes zu achten.

6. Mund-Nasen-Bedeckung

Jede Person an der TU Chemnitz ist verpflichtet, im Außengelände und auf Freiflächen, sofern der Mindestabstand von 1,5 Metern nicht gewahrt werden kann, sowie in allen öffentlich zugänglichen Räumlichkeiten mit regelmäßigem Publikumsverkehr eine medizinische Maske, eine FFP2-Maske oder eine Maske mit vergleichbarem Standard (z. B. KN95 oder N95) zu tragen (Maskenpflicht). Das bedeutet, dass bei Betreten der Sporthalle am Thüringer Weg, des universitären Fitnessstudios ZFG oder der Freianlagen, beim Warten bis zum Kursbeginn sowie zur Einzelnutzung der sanitären Anlagen eine der aufgeführten Masken zu tragen ist. Auf den sachgerechten Umgang (Auf- und Absetzen, kein Verschieben während des Tragens) ist zu achten. Die Maske darf erst nach Kursbeginn und unter Einhaltung des Mindestabstandes abgenommen werden. Den Teilnehmer*innen werden keine Mund-Nasen-Bedeckungen zur Verfügung gestellt. Für den Fall, dass Teilnehmer*innen ihre Maske

vergessen haben, können sie nicht am Kurs teilnehmen. Ein Ausgleichsanspruch auf die nicht nutzbare Trainingszeit besteht in diesem Fall nicht.

7. Kontaktnachverfolgung

Kursteilnehmer*innen müssen vor Kursbeginn das ausgefüllte [Formblatt](#) zur Kontaktdaten-erfassung (Seite 1) bei der Übungsleitung abgeben. Von der Übungsleitung sollten für den Fall, dass das Dokument nicht bereits ausgefüllt mitgeführt wird, auch entsprechende Blanko-Exemplare vorgehalten werden. Nach Ablauf von vier Wochen hat eine entsprechende Vernichtung der Dokumente zu erfolgen.

8. Teilnahme am Kursprogramm

Die Einschreibung für den Universitätssportkurs erfolgt über das Buchungssystem des ZfSG. Personen, die nicht eingeschrieben sind, dürfen nicht am Kurs teilnehmen. Die Teilnehmer*innenanzahl ist abhängig vom Kurs und der vorliegenden Betriebsstufe der TU Chemnitz. Sowohl **Outdoor- als auch Indoorkurse werden auf maximal 20 Plätze beschränkt**, da es aufgrund von aktuellen Änderungen sonst zum Ausschluss einzelner Kursteilnehmer*innen kommen könnte, sofern die Inzidenzen steigen. Die Anwesenheit aller Teilnehmer*innen wird zusätzlich über Anwesenheitslisten von der **Kursleitung** dokumentiert. Eine Kontaktdatenliste (Name, E-Mail, Telefonnummer) wird vor Beginn der ersten Einheit durch eine Abfrage über das Kursbuchungssystem erstellt. Zudem erfolgte eine analoge Anwesenheitserfassung durch die Anwesenheitsliste der Kursleitung.

9. Nutzung der Sporthalle am Thüringer Weg

Die Kursleiter*innen sind angehalten, ihre Kurse im Freien zu organisieren, soweit dies möglich ist. Sollte dies nicht möglich sein, kann die Sporthalle am Thüringer Weg genutzt werden. Es ist in jedem Fall der Sammelpunkt vor der Sporthalle zu nutzen. Ein selbstständiges Betreten der Sporthalle durch die Kursteilnehmer*innen ist untersagt. Das bereits genehmigte [Hygienekonzept für die Sporthalle](#) der TU Chemnitz am Thüringer Weg ist einzuhalten. Dieses wird den Übungsleiter*innen bei Bedarf ausgehändigt. Zwingend einzuhaltende Kernpunkte des Konzeptes sind nachfolgend zusammengefasst. Die Dreifelderhalle ist ca. 800 m² groß. Gruppengrößen sind dementsprechend auf **max. 20 Personen** (20-40 m² pro Person) beschränkt. Kursteilnehmer*innen sind verpflichtet, bereits in Sportkleidung zu erscheinen. Die Nutzung der Umkleiden ist nur in dem unter Punkt 10 ausgeführten Umfang gestattet. Vor und nach der Nutzung der Sporthalle ist die Halle über die verfügbaren Türen durchzulüften. Sofern keine Trennung der Sporthalle möglich ist, darf die Sporthalle nur von einem Kurs/einer Gruppe betreten werden. Die nachfolgende Gruppe darf den Halleninnenraum erst betreten, wenn die vorhergehende Gruppe den Halleninnenraum verlassen und gelüftet hat. Die Nutzung der Sporthalle orientiert sich an den spezifischen Nutzungsanordnungen der TU Chemnitz.

10. Nutzung des Umkleide- und Sanitärbereichs der Sporthalle am Thüringer Weg

Die maximale Personenanzahl ist für die Männerumkleide auf jeweils acht Personen festgelegt, für die beiden separaten Damenumkleiden ist eine maximale Anzahl von jeweils vier Personen für die gleichzeitige Nutzung vorgesehen. Die Umkleide ist nicht für einen längeren Aufenthalt vorgesehen. Es darf sich nur kurzzeitig, bspw. zum Wechsel der Straßen- auf Hallenschuhe, darin aufgehalten werden. Die Duschen bleiben verschlossen, da das Infektionsrisiko weiterhin als zu hoch eingeschätzt wird. Hinweisschilder informieren die Nutzer zudem über die Sperrung der Duschräume. Die WCs der Männer und Frauen können nur von je einer Person genutzt werden. Die WCs wurden entsprechend abgesperrt, um zu gewährleisten, dass sich maximal eine Person in den Räumen aufhält. Die Sanitärbereiche sind mit Flüssigseife und Einmalhandtüchern ausgestattet.

11. Kursbeginn, Händehygiene, Materialnutzung und Übungsgestaltung

Zu Beginn jedes Kurses erläutern die Übungsleiter*innen die Abstands- und Hygieneregeln und befragen die Teilnehmer*innen zu ihrem Gesundheitszustand. Bei Vorliegen von coronatypischen Symptomen wie z. B. Fieber, Husten, Schnupfen, Geruchs-/Geschmacksstörungen und/oder grippeähnlichen Symptomen dürfen sowohl Übungsleiter*innen als auch Kursteilnehmer*innen nicht am Kurs teilnehmen. Die Übungsleiter*innen achten fortwährend auf die Einhaltung der Hygieneregeln. Die Übungsleiter*innen müssen gewährleisten, dass eine Einhaltung der Händehygiene während des Kurses möglich ist (Desinfektionssprays). Die Kurse sind so zu konzipieren, dass, wenn möglich, eine Nutzung von eigenen Materialien und Alltagsgegenständen der Teilnehmer*innen (z. B. Matte, Handtuch, Trinkflaschen) als Unterlage oder Gewichtsstücke genutzt werden sollen. Auch Übungen mit dem eigenen Körpergewicht sind zu bevorzugen. Sollten anderweitige Materialien oder Kleingeräte (wie z. B. Therapiebänder, Kurzhanteln, Gymnastikbälle oder Medizinbälle) genutzt werden, sind diese vor jedem Kursbeginn von der Übungsleitung zu desinfizieren. Die Kleingeräte werden entsprechend der Wirksamkeit der Reinigungsmöglichkeiten ausgewählt. Es sind nur Kleingeräte erlaubt, deren Oberfläche eine schnelle und zuverlässige Desinfektion zulässt. Es erfolgen keine Partnerübungen mit körperlichem Kontakt und keinerlei taktile Korrekturen. Übungen, die zu einer erheblichen Beschleunigung der Atmung führen (Aerosolbildung), sind im Innenbereich nicht gestattet.

12. Regeln während des Kurses

Kontakte, die nicht zur Durchführung der Sportart notwendig sind, sind auf ein Minimum zu reduzieren bzw. zu vermeiden. Die Abstandsregeln sind von allen Teilnehmer*innen einzuhalten. Aufenthalte in geschlossenen Räumen sind auf ein Minimum zu reduzieren. Sofern die Witterungsbedingungen eine Nutzung der Außensportanlagen möglich macht, sind diese vorzuziehen. Es erfolgt das regelmäßige Lüften der Innensportanlage gemäß dem [Sporthallenhygienekonzept](#).

13. Ansprechpartnerin

Dr. Kristin Röhr | Leiterin des ZfSG | Thüringer Weg 11 | Raum 101 | Telefon: +49 (0) 371/531 38434 | E-Mail: kristin.roehr@zfsg.tu-chemnitz.de | Homepage: <https://www.tu-chemnitz.de/usz/kontakt/index.php>

14. Verantwortlichkeiten

Verantwortlich für die Kontrolle der Einhaltung der spezifischen Hygienemaßnahmen sind die Kursleitungen. Sie fungieren gleichzeitig als Ansprechpartner*innen vor Ort für die Einhaltung und Umsetzung des Hygienekonzepts, der geltenden Kontaktbeschränkungen und Abstandsregelungen sowie hinsichtlich des Tragens eines Mund-Nasen-Schutzes (medizinische Maske) oder persönlicher Schutzausrüstung.

II Sportartspezifische Kategorisierung

Das vorliegende Konzept und die allgemeinen Grundsätze aus Punkt I gelten übergeordnet für alle an der TU Chemnitz angebotenen Kurse im Bereich des Universitätssports und des Gesundheitssports. Nachfolgend erfolgt eine Kategorisierung der Sportangebote mit zusätzlicher Angabe der sportartspezifisch zu beachtenden Besonderheiten im eingeschränkten Normalbetrieb der TU Chemnitz. Die Kursangebote des ZfSG lassen sich in acht Kategorien unterteilen. Für diese Kategorien werden nochmals spezifischere Vorgaben erarbeitet. Einen Überblick darüber gibt Tabelle 1. Für alle Sportangebote aus Tabelle 1 gilt im eingeschränkten Normalbetrieb, dass eine Durchführung sowohl im Indoor- als auch im Outdoorbereich möglich ist, wobei die Durchführung soweit möglich im Freien zu erfolgen hat. Es gilt in jedem Fall eine Begrenzung auf 20 Teilnehmer*innen.

Tabelle 1: Sportartspezifische Besonderheiten im eingeschränkten Normalbetrieb

Nr.	Kategorie	Besondere Vorgaben im eingeschränkten Normalbetrieb
I	Gesundheitssport	wenn möglich nur mit eigenem Körpergewicht oder eigenen Materialien (Bsp. Yogamatte, Trinkflaschen, eigene Kleingeräte u. ä.), keine haptische Übungskorrektur; nur Einsatz von sonstigen Kleingeräten, deren Oberfläche eine schnelle und zuverlässige Desinfektion zulässt – diese sind vor und nach dem Einsatz von der Übungsleitung zu desinfizieren
II	Fitness/ Krafttraining	Übungen mit starker Aerosolbildung sind ausschließlich im Outdoorbereich durchzuführen; nur Nutzung von Kleingeräten, deren Oberfläche eine schnelle und zuverlässige Desinfektion zulässt; Nutzung von Großgeräten nur in Einzelnutzung unter Einhaltung des Mindestabstandes; Klein- und Großgeräte sind vor und nach dem Einsatz von der Übungsleitung zu desinfizieren; für die Nutzung der Geräte des ZFG gilt zudem das Hygienekonzept für das universitäre Fitnessstudio ZFG ; für Übungen in Bewegung (z. B. Laufen) 5-10 Meter Abstand sowie, soweit möglich, nur im Outdoorbereich, Trainingszonen für räumliche Entzerrung

Nr.	Kategorie	Besondere Vorgaben im eingeschränkten Normalbetrieb
III	Teamsportarten	Körperkontakt möglichst vermeiden; wenn möglich feste Trainingspartner definieren, nicht wechselnd; kein Auf- und Abbau durch Teilnehmende
IV	Kampfsport	Körperkontakt möglichst vermeiden; sonst fest zugeordnete Partner definieren, nicht wechselnd; Partner- oder Teamübungen möglichst vermeiden, keine Hilfestellung; Korrekturen der Kursleitung nur mündlich; Eingreifen der Kursleitung notwendig, wenn Risiko einer Verletzung droht
V	Tanz	Paartraining nur mit fest zugeordneter Partnerin bzw. fest zugeordnetem Partner, nicht wechseln
VI	Rückschlagspiele	Einzelspiele sind möglich, möglichst eigene Bälle nutzen, ansonsten sind die Bälle vor und nach Benutzung zu desinfizieren; ggf. Bälle markieren, damit Teilnehmer*innen nur eigene Bälle nutzen können; kein Auf- und Abbau durch Teilnehmer*innen; Abstände zwischen Spielfeldern und Spieltischen lassen
VII	Wassersport/ Schwimmen	möglichst nur Einer-Segelboote, Einer-Ruderboote, Einer-Kajaks einsetzen; beim Schwimmen Kreisbewegungen prüfen, eine Bahn hinauf der Nachbarbahn zurückschwimmen; maximal 4 Personen pro 25 m Bahn mit 3 Meter Abstand; Individualtraining in der Gruppe möglich
VIII	Individualsport	in Bewegung (z. B. Laufen) 5-10 Meter Abstand, Trainingszonen für räumliche Entzerrung; Übungen mit starker Aerosolbildung sind ausschließlich im Outdoorbereich; Körperkontakt vermeiden, Nutzung von persönlichem Sportgerät oder persönliche Zuordnung je Trainingseinheit – zur Verfügung gestellte Geräte sind vor und nach Benutzung zu desinfizieren