

Stand: Juni 2021



DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

Vereine und Treffs

Gerade in Zeiten wie diesen, ist es besonders wichtig, auf ausreichend Bewegung und die eigene Gesundheit zu achten. Wie könnte man das besser als mit einem Training für das Deutsche Sportabzeichen, vor allem unter freiem Himmel?



Der DOSB hat [Leitplanken zur Wiederaufnahme des vereinsbasierten Sporttreibens](#) sowie [Leitplanken für den Hallensport](#) formuliert.

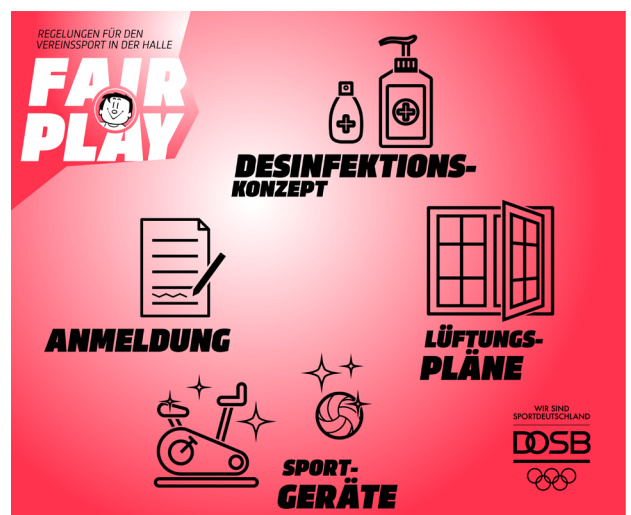
An diesen Leitplanken können Sie sich auch für Angebote zum Deutschen Sportabzeichen orientieren.

Berücksichtigen Sie dabei die jeweiligen Vorgaben bezüglich der Wiederaufnahme des Sports in ihrer Region (vgl. auch [Bundesregelungen zur Notbremse für den Sport](#)).

Der Vorteil beim Deutschen Sportabzeichen? Man kann in vielen unterschiedlichen Konstellationen trainieren: allein, zu zweit, in kleineren oder größeren Gruppen.

Weitere Informationen zum Deutschen Sportabzeichen gibt es unter: www.deutsches-sportabzeichen.de

Regeln für den Vereinssport



Wichtig:

Bei Symptomen wie z. B. Fieber, Husten und/oder Schnupfen nicht am Training teilnehmen!



Wir empfehlen zudem folgende Maßnahmen, um die Leitplanken zu untermauern:



Wenn möglich, Training und Prüfung im Freien durchführen (Vereinsgelände o.ä.)



Bei Training und Prüfung in der Halle ausreichend lüften



Teilnehmer*innen in mehrere kleine Trainingsgruppen (gleichbleibende Zusammensetzung) aufteilen



Ausreichend Zeit zwischen den einzelnen Gruppen einplanen, um Begegnungen der Teilnehmer*innen zu vermeiden



Nach Möglichkeit separate Ein- und Ausgänge und „Einbahnstraßenregelungen“ für die Laufrichtungen nutzen



Mindestabstand von 1,5m stets einhalten – hierauf während des Trainings immer wieder hinweisen



Auf die Nutzung der Umkleiden ist möglichst zu verzichten. Die Teilnehmer*innen sollten bereits in Sportkleidung erscheinen



Die Hände vor und direkt nach dem Training waschen oder ein Desinfektionsmittel verwenden. Möglichkeiten zur Händedesinfektion sowie Einmalhandtücher bereitstellen



Auf körperliche Begrüßungsrituale verzichten



Auf Partnerübungen sowie taktile Korrekturen verzichten; stattdessen Alternativen anbieten



Die Prüfer*innen kontrollieren die Anwesenheit; es werden keine Teilnahmelisten ausgelegt



Die Teilnehmer*innen bringen eigene Matten (Unterlagen), Sportgeräte (Springseil etc.) und Getränke zum Training mit



Alle gemeinschaftlich genutzten Sportgeräte sind vor jedem Teilnehmer*innen-Wechsel zu desinfizieren



Toiletten sind bei möglicher Nutzung fachgerecht zu reinigen (u.a. Desinfektion von Wasserhähnen, Türklinken etc.)



Corona-Warn-App zur Kontaktverfolgung nutzen



Geimpfte und Genesene wie Getestete behandeln – kostenlose Bürgertests, ggf. Selbsttests in Anspruch nehmen