

Covid-19: Schutz- und Hygienekonzept für Ausbildungskurse im Alpenverein

Empfehlungen zum Schutz vor Coronavirus-Infektionen im Rahmen von
Ausbildungskursen in Sektionen des Deutschen Alpenvereins

Einleitung

Die Basis dieser Empfehlungen bilden die Vorgaben der Politik auf Bundes- und Landesebene ebenso wie die Hinweise der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung und des Robert-Koch-Instituts.

Neben den Vorgaben dieses Konzepts gelten übergeordnet immer die allgemein gültigen Infektionsschutzmaßnahmen. Darüber hinaus haben Beherbergungsbetriebe, Gastronomie, Bildungseinrichtungen, Kletterhallen und andere Sportstätten eigene Regelungen, die im Rahmen der Ausbildungsveranstaltungen strikt einzuhalten sind.

Ziel

Das vorliegende Schutz- und Hygienekonzept ist die Voraussetzung für die Wiederaufnahme von Ausbildungskursen in DAV Sektionen. Es zeigt in Ergänzung zu den „Empfehlungen für den Wiedereinstieg in den Breitensportlichen Sportbetrieb der Sektionen des Deutschen Alpenvereins“ auf, wie Kurse wieder stattfinden können.

Grundsätzliches

Die aktuelle Situation erfordert von uns allen, die am Ausbildungswesen beteiligt sind, ein umsichtiges Handeln. Der verantwortungsbewusste Umgang mit dem potentiellen Risiko von Covid-19 hat oberste Priorität. Dabei kommt der Eigenverantwortlichkeit jedes und jeder Einzelnen große Bedeutung zu.

Um verantwortungsvoll über die Durchführbarkeit von Kursen entscheiden zu können, berücksichtigen wir dabei folgende Aspekte:

- Wir orientieren uns an den rechtlichen Vorgaben zur Veranstaltungsdurchführung (auf Grundlage der jeweiligen Bundesland-, bzw. Landesverordnungen oder gegebenenfalls kommunaler Vorgaben), bei Kursen im Ausland berücksichtigen wir zudem Reisewarnungen und Quarantänevorschriften.
- Wir klären ab, ob die organisatorischen Rahmenbedingungen eine verantwortungsvolle Durchführung erlauben, insbesondere im Hinblick auf die bestehenden Hygienekonzepte der Unterkunft/Sportstätte, die Größe des Seminarraums, die An- und Abreise, die eventuell erforderliche Mobilität vor Ort und die Verpflegungssituation.
- Wir prüfen, welche Gruppengrößen (indoor/outdoor) aktuell erlaubt sind, und welche Gruppengröße der Situation entsprechend für den Kurs sinnvoll ist.
- Wir beurteilen, ob die Veranstaltung trotz der Einschränkungen in fachsportlicher sowie pädagogischer Hinsicht sinnvoll konzipiert und durchgeführt werden kann.
- Die Bereitschaft der Kursleitung, sich auf die spezifischen Kursgegebenheiten einzulassen ist Voraussetzung für die Kursdurchführung. Diese klären wir ab.

Allgemeine Hygienerichtlinien

Die wichtigsten Hygieneregeln

- Abstand halten – rechtlich bindend mindestens 1,5 m (Österreich 1 m), während des Sports mindestens 2 m.
- Berührungen vermeiden – kein Händeschütteln und Umarmen, insbesondere beim Begrüßen und Verabschieden.
- Niesen und Husten in die Armbeuge oder in ein Taschentuch (einmalige Benutzung). Taschentuch anschließend entsorgen.
- Hände vom Gesicht fernhalten – vermeiden, mit den Händen an Mund, Augen oder Nase zu fassen.
- Regelmäßig und ausreichend lange (mindestens 20 Sekunden) Hände mit Seife waschen.
- Hände desinfizieren, falls Handhygiene notwendig und Händewaschen nicht möglich ist.
- Gegebenenfalls eine Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) tragen.

Eine Mund-Nasen-Bedeckung ist zu tragen:

- In allen behördlicherseits angeordneten Bereichen (z. B. in öffentlichen Verkehrsmitteln, Geschäften, etc.)
- Gemäß den Vorgaben der Unterkunft (Speiseraum, Gemeinschaftsräume, Rezeptionsbereich, etc.), des Seminarbereichs, der Kletterhalle, etc.
- Immer dann, wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann.

Beim Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung ist zu beachten:

- Vor und nach dem Anlegen einer MNB gründlich die Hände waschen (mindestens 20 bis 30 Sekunden mit Seife) oder Hände desinfizieren.
- Den Schutz über Mund und Nase so platzieren, dass Nase und Mund bis zum Kinn abgedeckt sind und die MNB an den Rändern möglichst eng anliegt. Den Nasenbügel (falls vorhanden) so auf dem Nasenrücken anpassen, dass die MNB möglichst bequem und dicht anliegt.
- MNB spätestens dann wechseln, wenn sie durch die Atemluft durchfeuchtet oder durchnässt ist. Bei Feuchtigkeit können sich zusätzliche Keime ansiedeln.
- Vermeiden, die MNB während des Tragens anzufassen und zu verschieben.
- Zum Abnehmen der MNB nur die seitlichen Gummis oder Schnüre anfassen, möglichst nicht die Maske selbst berühren, da sich hier Erreger befinden können.
- Eine MNB zur Einmalverwendung am besten direkt nach dem Absetzen entsorgen, eine MNB zur Wiederverwendung bei 60° bis 95°C waschen.

Maßnahmen im Kursbetrieb

Vor der Veranstaltung

- Überlegt euch, wie euer Kurs unter Corona-Bedingungen organisatorisch und methodisch umgestaltet werden muss.
- Nehmt Mund-Nasen-Bedeckungen und Desinfektionsmittel für den eigenen Bedarf mit.
- Beachtet für die An- und Abreise die Vorgaben zur Bildung von Fahrgemeinschaften.

Beginn der Veranstaltung

- Achtet auf eine kontaktfreie Begrüßung und Vorstellungsrunde.
- Startet mit einem Austausch mit den Teilnehmenden über die Besonderheiten eines Kurses zu Corona-Zeiten.
- Informiert die Teilnehmenden über die geltenden Sicherheits-, Abstands- und Hygienevorschriften.
- Stellt Konsens innerhalb der Gruppe her, dass sich alle an die Vorschriften halten und macht deutlich, dass ein Ignorieren der Regelungen dazu führen kann, dass die betreffende Person den Kurs abbrechen und nach Hause reisen muss. Kommuniziert, dass ein Missachten der Regelungen rechtliche Konsequenzen nach sich ziehen kann.
- Überzeugt euch davon, dass alle Teilnehmenden einen gesunden Eindruck machen.
- Lasst keine Teilnehmenden mit Coronavirus-typischen Krankheitsanzeichen am Kurs teilnehmen, im Zweifelsfall müsstet ihr kranke Teilnehmende nach Hause schicken.
- Lasst euch und eurer Gruppe von der Hausleitung die Hygienevorschriften für eurer Unterkunft übergeben und/oder erläutern.
- Legt zu Beginn feste Untergruppen/Seilpartner fest, damit immer die gleichen Personen Kontakt haben.

Während der Veranstaltung

Allgemein

- Haltet euch an die DAV-Bergsportempfehlungen für die jeweilige Sportart (s. Anhang).
- Stellt das Einhalten der Distanzregeln sicher.
- Stellt in Ausnahmefällen, in denen der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, das Tragen von Mund-Nasen-Bedeckungen sicher.
- Der Mindestabstand kann von Trainern und Trainierinnen kurzfristig unterschritten werden, wenn dies aus Sicherheitsgründen erforderlich ist. Haltet als Leitung immer eine Mund-Nasen-Bedeckungen griffbereit, falls ihr im Notfall eingreifen und mit Körperkontakt agieren müsst (anschließend Hände waschen oder desinfizieren).
- Ergreift bei einem Bergunfall die gleichen Maßnahmen wie sonst, als Kursleitung mit Mund-Nasen-Bedeckung handeln und der verletzten Person eine Mund-Nasen-Bedeckung reichen oder aufsetzen.
- Achtet darauf, dass beim Aufsuchen von Sanitäreinrichtungen ebenfalls der Abstand einzuhalten ist. Es wird empfohlen, dass Personen nur einzeln Sanitäranlagen betreten.
- Gebt keine Verpflegung und keine Trinkflaschen weiter.
- Wenn jemand (Teilnehmende oder Kursleitung) während des Kurses Covid19-relevante Symptome aufweist, muss sich die betreffende Person in sofortige Selbstisolation begeben und nach Möglichkeit abreisen.

Ausbildungsbetrieb

- Haltet so viele Schulungseinheiten wie möglich im Freien ab. Wenn es das Wetter und der Inhalt zulassen, könnt ihr auch Theorieeinheiten ins Freie verlegen. Das potenzielle Infektionsrisiko im Freien ist viel geringer als in geschlossenen Räumen.
- Bildet feste (Unter-)Gruppen und lasst immer die gleichen Personen miteinander arbeiten. Körperkontakt sollte vermieden werden, wenn nötig, dann immer zwischen denselben Personen.
- Vermeidet Stationsbetrieb und Gruppenwechsel.

- Reduziert die gemeinsame Verwendung von Gegenständen auf ein Minimum. Nach Möglichkeit benutzen alle ausschließlich ihr eigenes Material. Gemeinsam benutzte Gegenstände oder Gegenstände, die von mehreren Personen benutzt wurden, müssen nach Verwendung gereinigt/desinfiziert werden. Vor und nach der Benutzung ist Händehygiene durchzuführen.
- Unterlässt Schreien, beispielsweise bei zwei Personen am Standplatz.
- Achtet Indoor auf folgendes:
 - großzügig lüften: so oft und so lange wie möglich
 - feste Sitzordnung einhalten
 - erforderlichen Abstand halten und/oder MNB aufsetzen

QUELLEN

<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/>

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV.html

<https://www.corona-katastrophenschutz.bayern.de/faq/>

https://www.alpenverein.de/bergsport/aktiv-sein/empfehlungen-des-dav-zum-bergsport-in-zeiten-des-coronavirus_aid_34920.html

ANHANG

Grundregeln der alpinen Vereine für den Bergsport

1. **Risikobereitschaft zurücknehmen**

Bei Unternehmungen in den Bergen, Mittelgebirgen und anderen Natursportgebieten deutlich unterhalb der persönlichen Leistungsgrenze bleiben. Bedenke die Corona-bedingten Risiken und Erschwernisse bei Rettungseinsätzen sowie die zusätzliche Belastung der Krankenhäuser. Mehr denn je gilt: Nur gesund Bergsport treiben!

2. **Bergsport nur in erlaubten Kleingruppen**

Bergsport nur in der von den Behörden zugelassenen Personenanzahl und Personenzusammensetzung durchführen. Begrüßungen, Besprechungen etc. im Freien nur mit Einhaltung der Mindestabstände. Stark frequentierte Gegenden und Touren meiden.

3. **Abstand halten, mindestens 2 m**

Einen Mund-Nasen-Schutz verwenden, wenn in Ausnahmefällen der Mindestabstand von 2 m unterschritten werden muss. Bestimmte Bergsportaktivitäten (z. B. Mountainbike) können auch größere Abstände erfordern. Keine lange Rast am Gipfel, wenn noch andere raufwollen.

4. **Gewohnte Kontakt-Rituale unterlassen**

z. B. Händeschütteln, Umarmungen, Gipfelbussi, Trinkflasche anderen anbieten etc.

5. **Mund-Nasen-Schutz und Desinfektionsmittel mitnehmen**

Neben der allgemeinen Notfallausrüstung gehören Mund-Nasen-Schutz und Desinfektionsmittel für die nächste Zeit in den Rucksack.

6. **Mund-Nasen-Schutz bei erlaubten Fahrgemeinschaften**

Fahrgemeinschaften nur in der von den Behörden zugelassenen Personenanzahl und Personenzusammensetzung durchführen. Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln bevorzugen - wenn gering frequentiert. Einen Mund-Nasen-Schutz verwenden, wenn in Ausnahmefällen der Mindestabstand von 2 m unterschritten werden muss.

7. **Im Notfall wie immer**

Als Ersthelfer nach den allgemein üblichen Erste-Hilfe-Richtlinien vorgehen und zusätzlich einen Mund-Nasen-Schutz verwenden.

Hinweis

Zusätzlich zu den folgenden Empfehlungen zur Bergsportausübung in Zeiten des Coronavirus gelten natürlich die allgemeinen DAV-Empfehlungen zu den einzelnen Bergsportarten.

Sportartspezifische Empfehlungen:

A) Wandern/Bergwandern/Bergsteigen/Skitourengehen/Schneeschuhwandern

Umsetzen der Grundregeln 1 bis 7 (siehe oben).

B) Sportklettern (Klettergärten) & Bouldern Outdoor

1. Umsetzen der Grundregeln.
2. Gut abgesicherte Routen bevorzugen.
3. Klettergärten mit absturzgefährlichem Wandfuß oder erhöhter Steinschlaggefahr meiden.
4. Regelmäßiges Desinfizieren der Hände.
5. Das Seil beim Clippen nicht in den Mund nehmen.
6. Die eigene Ausrüstung verwenden: Expressschlingen, Sicherungsgerät, Seil. Nichtbenutztes Material im Rucksack abseits vom Wandfuß aufräumen.
7. Partnercheck auf Distanz: Die Partner fordern sich gegenseitig zur Überprüfung von Knoten, Karabiner, Sicherungsgerät und Gurt auf und beobachten sich dabei gegenseitig.
8. Beim Bouldern Highballs und Boulder mit gefährlicher Landezone meiden.
9. Spotten nur von Personen aus demselben Haushalt - oder mit Mund-Nasen-Schutz und anschließender Desinfektion der Hände.

C) Klettersteiggehen

1. Umsetzen der Grundregeln.
2. Verzicht, wenn bereits mehrere am Klettersteig unterwegs und Staus absehbar sind.
3. Rücksichtnahme und Abwarten am Einstieg - Abstand halten.
4. Aufstiegstempo so wählen, dass man nicht auf andere Personen aufläuft.
5. Überholen nur, wo die Abstandsregel eingehalten werden kann und kein Sicherungsbedarf besteht (Absätze, Bänder).
6. Ausstieg nach Beendigung des Klettersteigs rasch verlassen.
7. Klettersteige nicht in der Gegenrichtung begehen.
8. Klettersteig-Handschuhe verwenden.

D) Mehrseillängen-Plaisirklettern/Alpinklettern/Hochtourengehen

1. Umsetzen der Grundregeln.
2. Immer nur zwei Personen am Standplatz.
3. Partnercheck auf Distanz: Die Partner fordern sich gegenseitig zur Überprüfung von Knoten, Karabiner, Sicherungsgerät und Gurt auf und beobachten sich dabei gegenseitig.
4. Hände desinfizieren vor und nach einer Klettertour.

E) Mountainbiken

1. Umsetzen der Grundregeln.
2. Höhere Geschwindigkeiten erfordern größere Abstände beim Hintereinanderfahren: 5 m bergauf, 20 m bergab und in der Ebene.
3. Wenn überholen, dann rasch, risikoarm und möglichst nur, wenn der seitliche Mindestabstand von 2 m eingehalten werden kann.