

**Richtlinien und Empfehlungen für den Trainingsbetrieb von Bundes- und Landeskadern an Bundes-, Landesstützpunkten und Disziplinstützpunkten sowie für den Trainingsbetrieb der Sportvereine**

**Präambel:**

Seit 13. März 2020 steht die Leichtathletik in Bayern offiziell still. Kein Trainingsbetrieb in Stadien und Hallen, keine Wettkämpfe, stattdessen provisorisches Training auf Feld- und Waldwegen sowie Online- und Heimtraining. Um eine stufenweise Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes für Bundes- und Landeskader sowie des vereinsorientierten Trainingsbetriebes in Bayern zu ermöglichen, hat der BLV nun entsprechende Richtlinien und Empfehlungen zusammengestellt. Diese sollen der Leichtathletik in Bayern in einem ersten Schritt die geordnete Rückkehr auf die Sportplätze ermöglichen.

Grundsätzlich gelten dabei vier Regeln, die der Deutsche Leichtathletik-Verband (DLV) zusammen mit dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) erstellt hat.

- Priorität hat die Gesundheit aller Sportler/-innen und der in der Sportart Leichtathletik ehrenamtlich und hauptberuflich tätigen Personen.
- Die Verordnungen des Bundes und des Freistaates Bayern sind in ihren aktuellen Fassungen strikt umzusetzen.
- Die Empfehlungen des Robert-Koch-Institutes zum Verhalten und zu Hygiene-Standards beziehungsweise Infektionsschutz sind strikt umzusetzen.
- Die Leitplanken und Verhaltensstandards des Deutschen-Olympischen Sportbundes sind strikt umzusetzen. Die Leitplanken des DOSB liegen diesem Schreiben bei.

**Quellen:**

1. Bund und Land: Verordnungen/Maßnahmen Virus der Bundes- und Landesregierung zur Eindämmung des Corona-Pandemie  
<https://www.verkuendung-bayern.de/files/baymb1/2020/240/baymb1-2020-240.pdf>  
<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/schutz-durch-hygiene.html>
2. DOSB: Prozessbeschreibung zur schrittweisen Aufnahme des Trainingsbetriebes an potenziellen Trainingsstätten für Bundeskader und sportartspezifische Übergangsregeln der Spitzensportverbände für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben  
[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/Olympische\\_Spiele\\_Tokio\\_2020/Corona/2020-04-07\\_-\\_Prozessbeschreibung\\_Trainingsstaettenabsicherung\\_Corona.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/Olympische_Spiele_Tokio_2020/Corona/2020-04-07_-_Prozessbeschreibung_Trainingsstaettenabsicherung_Corona.pdf)  
<https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/sportartspezifische-uebergangsregeln/?%C3%9Cbergangsregeln=>  
[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/21042020\\_ZehnLeitplanken\\_\\_end\\_.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/21042020_ZehnLeitplanken__end_.pdf)
3. BLSV: Szenarien und Voraussetzungen für eine Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes an Bundesstützpunkten und Landesleistungszentren in Bayern (Bundeskader (OK, PK und NK 1) und Landeskader/NK2)  
[https://www.blsv.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/Corona/Handlungsempfehlungen.pdf](https://www.blsv.de/fileadmin/user_upload/pdf/Corona/Handlungsempfehlungen.pdf)
4. DLV: für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben und die Wiederaufnahme des Wettkampfbetriebes  
[https://cdn.dosb.de/user\\_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DLV\\_Deutscher\\_Leichtathletikverband.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/UEbergangsregeln/DLV_Deutscher_Leichtathletikverband.pdf)

## Trainingsbetrieb von Bundes- und Landeskadern an Bundes-, Landesstützpunkten und Disziplinstützpunkten sowie für den Trainingsbetrieb der Sportvereine in Bayern

### Allgemein gültige Richtlinien/Rahmenbedingungen:

- 1) Das Leichtathletiktraining in Bayern kann ab **Montag, 11. Mai 2020**, ausschließlich unter den nachfolgend genannten Bedingungen wieder aufgenommen werden.
- 2) Die Schutzmaßnahmen gegen das Coronavirus (COVID-19) sind in der jeweils gültigen Fassung des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz in der jeweils gültigen Fassung auf der Sportstätte sichtbar anzubringen.  
([https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3\\_Downloads/C/Coronavirus/BMG\\_Coronavirus\\_Handzettel\\_DF\\_barr.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/C/Coronavirus/BMG_Coronavirus_Handzettel_DF_barr.pdf))
- 3) Das Leichtathletiktraining ist **nur im Freien** (Leichtathletikanlagen) erlaubt!
- 4) Der Zutritt zur Sportstätte erfolgt nach Möglichkeit nur über einen kontrollierbaren Eingangs- bzw. Ausgangsbereich.
- 5) Eine Trainingsgruppe umfasst **maximal 5** Teilnehmer (inkl. Trainer). Die Gruppe ist während des Trainings in sich geschlossen. Ein Wechsel der Gruppe während einer Trainingseinheit ist für Teilnehmer und Trainer verboten.
- 6) Den Trainern wird empfohlen, während des gesamten Trainings eine Atemschutzmaske zu tragen.
- 7) Der Betreiber/Träger der Sportstätte regelt die Öffnungs- und Trainingszeiten.
- 8) Die Maximalanzahl an gleichzeitig trainierenden Trainingsgruppen ist vom Betreiber je nach örtlichen Gegebenheiten festzulegen und richtet sich nach der Fläche bzw. Form der Sportanlage.
- 9) Die Verantwortung für die Durchführung des Kader- bzw. Stützpunkttrainings liegt beim BLV. Er sorgt in Abstimmung mit den Betreibern/Trägern der Trainingsstätten dafür, dass alle bestehenden Vorschriften eingehalten werden.
- 10) Für die Durchführung des Vereinstrainings sind die Vereine verantwortlich. In Abstimmung mit den Betreibern/Trägern der Trainingsstätten sorgen sie dafür, dass alle bestehenden Vorschriften eingehalten werden.
- 11) Die jeweiligen Verantwortlichen für das Training (BLV, Vereine) sind verpflichtet, Belegungspläne zu erstellen, die sämtliche geltenden Bestimmungen (Teilnehmerzahl) berücksichtigen. Diese müssen jeweils in der Vorwoche dem Betreiber/Träger der Trainingsstätte vorgelegt werden. Für die Erstellung der Belegungspläne für das Kader- bzw. Stützpunkttraining sind die jeweiligen Verbandstrainer verantwortlich.
- 12) Für jede Trainingsstätte werden die zugelassenen Personen (Teilnehmer, Übungsleiter) und Trainingseinheiten lückenlos dokumentiert. Dazu muss für jede Trainingsgruppe und in jeder Einheit eine Anwesenheitsliste (siehe Anlage) mit Datum, Name und Telefonnummer und eine Bestätigung zur Symptomfreiheit geführt werden. Diese Listen sind vom BLV bzw. dem Verein aufzubewahren und bei Bedarf dem zuständigen Gesundheitsamt auszuhändigen. Die Protokollpflicht ist die Grundlage für die Nachverfolgung der Infektionsketten.
- 13) Alle Trainingsteilnehmer halten die allgemeinen Hygienemaßnahmen und Vorgaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung strikt ein. (<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/schutz-durch-hygiene.html>)  
Im Vordergrund stehen dabei vor allem die Abstandsregeln. Sie sind von Trainingsbeginn bis -ende strikt einzuhalten! Alle Teilnehmer am Training bleiben mindestens 1,50 Meter voneinander entfernt. Ein Training, in dem ein direkter Kontakt erforderlich oder möglich ist, ist untersagt.
- 14) Teilnehmer am Training haben sich zu Hause und nicht in Gemeinschaftsräumen umzuziehen und zu duschen. Garderoben, Duschen und Gemeinschaftsräume sind geschlossen zu halten.
- 15) Maximal eine WC-Anlage jeweils für Männer und Frauen soll bereitgestellt werden. Nach Nutzung einer Toilettenanlage ist diese ebenso wie die Türklinken von der betreffenden Person mit den zur Verfügung gestellten Desinfektionsmitteln zu reinigen. In den Toiletten wird ein Hinweis auf gründliches Händewaschen angebracht und es werden ausreichend desinfizierende Seife sowie nicht wiederverwertbare Papierhandtücher zur Verfügung gestellt.
- 16) Sollten Teilnehmer zur Gruppe der Personen gehören, die gemäß RKI ein höheres Risiko für einen schweren Erkrankungsverlauf haben, werden diesen die erforderlichen Schutzmaßnahmen empfohlen. Der betroffene Personenkreis wird darauf hingewiesen, dass er die Sport- bzw. Trainingsstätten auf eigene Verantwortung betritt. Diese Entscheidung ist dem Verband/Verein anzuzeigen.
- 17) Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre müssen immer von einem erwachsenen Trainer beaufsichtigt werden. Eltern sollen die Sportstätte möglichst nicht betreten.

- 18) Bei Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln zur Anfahrt zur Trainingsstätte sind die aktuellen landesspezifischen Bestimmungen zur Maskenpflicht umzusetzen.
- 19) Sollte aufgrund der Corona-bedingten Einschränkungen nicht für alle auf der Sportstätte im Normalbetrieb trainierenden Sportler der gewünschte Trainingsstandard (Raumbedarf und Trainingsdauer) umgesetzt werden können, schlagen wir folgende Prioritätenreihung vor:
  - a) Bundeskader
  - b) Landeskaderathleten
  - c) wettkampforientierte Athleten ab der Altersklasse U14
  - d) Kinderleichtathletik

### **Richtlinien und Empfehlungen für den Trainingsbetrieb:**

- 1) Der Zugang zu den Trainingsstätten muss so organisiert werden, dass die festgelegte Personenzahl (Anzahl der Trainingsgruppen) nicht überschritten wird.
- 2) Eine gleichzeitige Belegung eines Stadions durch andere Sportarten sollte vermieden werden, um die Umsetzung der LA-Richtlinien zu gewährleisten.
- 3) Das Training sowie das Auf- und das Abwärmen ist so zu organisieren, dass jederzeit zwischen den Bereichen der verschiedenen Trainingsgruppen ein freizuhalten der Mindestabstand von 30 Metern eingehalten werden kann. Der Mindestabstand von 30 Meter zwischen den einzelnen Gruppen gilt während des gesamten Trainings.
- 4) **Richtlinien für die Raumnutzung:**  
 In Stadien vom Wettkampftyp C-A (4-8 Rundbahnen) beträgt der Abstand der Außenbahnen auf der jeweiligen Geraden mindestens 80 Meter. Der Abstand der beiden Kurvensegmente beträgt mindestens 100 Meter. Auf Basis dieser Abstände ist es möglich, dass mehrere Trainingsgruppen zeitgleich trainieren.  
 Trainingsorte sind in diesem Fall
  - a. die zwei Geraden oder
  - b. die sich auf den Geraden befindenden Sprunganlagen parallel zu den Geraden oder
  - c. ein Rasenstreifen unmittelbar neben der Geraden und
  - d. die zwei Kurvensegmente mit wahlweise je einer Wurf- oder Sprungtrainingsgruppe. Dazu zählt auch der beworfene Rasenabschnitt.
  - e. Bei Leichtathletikanlagen, die nur über eine Sprintgerade verfügen – evtl. plus Multifunktionsfeld – darf auf jedem Segment (Sprintgerade/Multifunktionsfeld) jeweils nur eine Gruppe trainieren.
- 5) **Richtlinien für das Training der einzelnen Disziplinblöcke:**
  - a. Das **Sprinttraining** findet ausschließlich auf den beiden gegenüberliegenden Geraden statt. Dazu muss je eine Bahn zwischen den Trainierenden freigelassen werden, um insgesamt auf einen Mindestabstand von 1,50 Meter sicherzustellen. Jeder Sportler bekommt einen eigenen Startblock zugeordnet, der von keinem anderen Sportler benutzt wird. Der jeweilige Sportler hat den Startblock nach dem Training zu desinfizieren.
  - b. Staffelttraining ist nicht erlaubt.
  - c. Das **Lauftraining** (Tempolaufttraining) findet auf den inneren Bahnen der Rundbahn statt. Auf den Geraden ist bei permanent hintereinander laufenden Athleten ein Mindestabstand von 15 Meter („Tröpfchenwolke“theorie“) einzuhalten. Beim Überholen muss eine Bahn freigelassen werden (seitlicher Abstand dann mindestens 1,5 Meter). Lauftraining in Gruppen ohne Einhaltung eines Sicherheitsabstands vor, hinter und neben den Läufern ist untersagt.  
 Die Durchführung von **Sprint- und Lauftraining** in ein und derselben Trainingseinheit ist nicht zulässig da damit der Mindestabstand von 30 Metern zwischen den einzelnen Trainingsgruppen nicht mehr gewährleistet werden kann.
  - d. Die Durchführung des **Sprungtrainings** findet auf den dafür vorgesehenen Flächen bzw. Anlagen statt.  
 Das **Hochsprung- und Stabhochsprungtraining** muss immer als Einzeltraining erfolgen und darf nicht länger als eine Stunde pro Sportler dauern. Nach jedem Einzeltraining ist die Anlage (Matte, Ständer, Latte) durch den Trainer zu desinfizieren. Das Auflegen der Latte erfolgt ausschließlich durch den Trainer. Die Sportler sind für die Desinfektion der benutzen Stäbe für das Stabhochsprungtraining zuständig.

Die Vorbereitung und Pflege der Grube vor, während und nach dem **Weit- und Dreisprungtraining** erfolgt ausschließlich durch den Trainer.

- e. Die Durchführung des **Wurf- und Stoßtrainings** findet auf den dafür vorgesehenen Flächen bzw. Anlagen statt. Trainingsgeräte (Kugeln/Diskens/Speere/Hämmer/Wurfstäbe etc.) werden während der Trainingseinheit jedem einzelnen Athleten zugeordnet und von keinen anderen Athleten benutzt. Der jeweilige Sportler hat die Geräte nach dem Training zu desinfizieren.
- 6) Das Training der Beweglichkeit, Mobilisation und Kräftigung findet auf eigenen Gymnastik- bzw. Yogamatten oder Handtüchern der Teilnehmer statt.
- 7) Auf- und Abbau der Trainingsstätte, der Transport der erforderlichen Trainingsgeräte und Hilfsmittel sowie die Desinfektion der benutzten Trainingsgeräte (Startblöcke, Hürden, Bloxx, Latten, Harken und Anlagen ist Aufgabe des Trainers.
- 8) Die Desinfektion der benutzten Geräte erfolgt im Rahmen der vorgegebenen Trainingszeit und vor jedem Trainingsgruppenwechsel. Ebenso zählt die Trainingsvorbereitung, die Bereitstellung der Geräte und Präparierung der Trainingsstätten in die Trainingszeit.

**Diese Richtlinien und Empfehlungen werden laufend überarbeitet und den jeweils gültigen gesetzlichen Vorgaben angepasst. Wir bitten deshalb, die aktuellen Entwicklungen zu beobachten.**

Anlage: Anwesenheitsliste / Anwesenheitsnachweis