



Handlungsempfehlung Cheerleading im AFCV NRW

Die dynamische Handlungsempfehlung passt sich regelmäßig den politischen Vorgaben und wissenschaftlichen Erkenntnissen an.

Freigaben ab dem 8. März 2021 für Sport im Außenbereich mit:

- Personen allein
- Zwei Personen zusammen (auch ohne Abstand)
- Beliebig viele Personen aus einem Hausstand (auch ohne Abstand)
- Maximal 5 Personen aus zwei verschiedenen Hausständen (auch ohne Abstand)
- Kindersport draußen in Gruppen mit bis zu 20 Kindern bis einschließlich 14 Jahre. Maximal zwei Übungsleiter sind erlaubt.

Die Anleitung eines Einzelsportlers durch eine Trainerin bzw. einen Trainer ist möglich (z. B. Quarterback-Einzeltraining).

Zwischen den Personen oder Personengruppen, die gleichzeitig Sport auf einer Sportanlage betreiben, ist dauerhaft ein Mindestabstand von 5 Metern einzuhalten.

Wir empfehlen weiterhin:

- Tragen von Masken außerhalb der Trainingszeiten
- Händewaschen vor und nach dem Training
- Keine elektrischen Handrockner benutzen
- Auf Schmuck und Nagellack während des Trainings verzichten
- Kurze Fingernägel im Rahmen der Handhygiene
- Verzicht auf Begrüßungsrituale
- Regelmäßige Desinfektion des Equipments während und nach dem Training
- Wechsel und Waschen der Trainingsbekleidung nach jedem Training
- Bekleidung beim Training wählen, mit der der gesamte Körper bedeckt ist
- Eigene (mit Namen beschriftete) Trinkflasche verwenden und nicht gemeinsam aus einer Flasche trinken
- Eigene Handtücher benutzen
- Sollten Toiletten seitens der Kommunen wieder freigegeben sein, können diese wieder unter Einhaltung der Hygiene und Abstandsregeln genutzt werden
- Keine Gemeinsame Teamaktivitäten abseits des Trainings
- das Angebot des kostenlosen wöchentlichen Antigen-Schnelltests nutzen
- sofern möglich das Impfangebot wahrnehmen

Die aktuelle Version der Coronaschutzverordnung des Landes NRW tritt spätestens mit Ablauf des 28. März 2021 außer Kraft.