

SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandard – Empfehlungen für die Branche Fitness-und Sportstudios

Allgemeines zur Umsetzung des SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandards

Der SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandard hat das Ziel, die schrittweise Wiederherstellung der wirtschaftlichen Aktivität zu unterstützen. Der Arbeitsschutzstandard gibt den Rahmen dafür vor, wie die Bevölkerung durch Unterbrechung der Infektionsketten geschützt und die Gesundheit der Beschäftigten bei der Arbeit gesichert werden kann.

Der Arbeitsschutzstandard ist eine Richtschnur zur Auslegung des Arbeitsschutzgesetzes und Bestandteil der Gefährdungsbeurteilung des Arbeitgebers bei Pandemievorkerungen auf der betrieblichen Ebene.

Unabhängig davon können natürlich im Arbeitsschutzstandard aufgeführte Maßnahmen im Rahmen des Bevölkerungsschutzes nach dem Infektionsschutzgesetz und konkretisierenden Verordnungen oder Verfügungen verbindlich sein.

Von der Regierung der Bundesrepublik Deutschland wurde festgelegt, dass von jedem Unternehmen ein Hygienekonzept umgesetzt werden muss. Diese Anforderung wird durch Einhaltung der Hygienemaßnahmen, wie sie im SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandard beschrieben und ergänzend von branchenspezifischen Hilfestellungen konkretisiert sind, erfüllt. Ein darüberhinausgehendes „Hygienekonzept“ als eigenständiges Dokument ist für die Betriebe nicht erforderlich.

Allgemeine konkretisierende Hinweise, wie Sie als Unternehmerin und Unternehmer den SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandard umsetzen und Ihre Gefährdungsbeurteilung ergänzen können, erhalten Sie hier.

Seit Beginn der Sars-Cov-2-Pandemie ist der Betriebs eines Fitness- oder Sportstudios in der üblichen Art und Weise nicht mehr möglich. Voraussetzung für eine Wiederaufnahme des Betriebs und damit auch Umsetzungsmöglichkeit dieser Handlungsempfehlungen, ist die Aufhebung der derzeitigen Vorgaben.

Handlungshilfe für die Branche Fitness- und Sportstudios

Diese Handlungshilfe gibt Ihnen eine Hilfestellung, wie Sie als Unternehmerin und Unternehmer den SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandard umsetzen und Ihre Gefährdungsbeurteilung ergänzen können.

Verschiedene Verbände der Fitness-Branche bieten ebenso Empfehlungen zur Wiederaufnahme des Betriebes von Fitness- und Sportstudios an. Für den Betrieb kann es also hilfreich sein, entsprechende Empfehlungen zu berücksichtigen.

Allgemeine Hygienemaßnahmen:

- Beachtung des einrichtungsspezifischen Hygieneplanes.
- Regelmäßige Handhygiene, v. a. gründliches Händewaschen mit Seife für mindestens 20 Sekunden.
- Verwendung von Papierhandtüchern oder regelmäßiges Waschen von persönlich zugewiesenen Handtüchern.
- Einhaltung der Niesetikette (Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch; nicht in die Hand).
- Benutze Taschentücher sofort entsorgen (möglichst in Mülleimer mit Deckel).
- Hände aus dem Gesicht fernhalten.
- Regelmäßige Reinigung von Räumen und Kontaktflächen.
- Vorausschauendes Nachfüllen von Seifenspendern und Einmalhandtüchern, für ausreichend Seife und Handtrocknungsmöglichkeiten sorgen.
- Risikogruppen sind gesondert zu betrachten und es ist nach aktuellen Empfehlungen des RKI zu handeln.
- Wer sich krank fühlt, darf auf keinen Fall am Training teilnehmen oder zur Arbeit erscheinen.
- Eine Verwendung von Mund-Nase-Schutz ist für Arbeitnehmer in außersportlichen Bereichen zu empfehlen.

Spezielle Hygienemaßnahmen in Fitness-Studio:

- Aufstellen eines speziellen Hygieneplans für die Flächendesinfektion der Räume und Geräte.
- Gründliches Händewaschen mindestens beim Betreten des Fitness- oder Sportstudios und vor dem Verlassen, außerdem nach dem Aufsuchen der Sanitäreinrichtungen.
- Wenn möglich das Gruppentraining oder Teile des Gruppentrainings nach draußen verlegen.
- Die Trainingsgeräte nach jeder Nutzung mit zugelassener Flächendesinfektion desinfizieren.
- Kleingeräte, die nicht regelmäßig desinfiziert werden können, sollten persönlich mitgebracht oder nicht verwendet werden.
- Es sind nur personalisierte Getränkeflaschen zu benutzen.
- Frei zugängliche Getränkespender sind zu sperren.
- Räume des Fitness-Studios dürfen nur dann zum Trainieren genutzt werden, wenn ausreichender Luftaustausch über regelmäßiges Lüften möglich ist (Hinweise zum Lüften siehe allg. Handlungsempfehlung VBG).

Lüftungsmaßnahmen:

- In Räumen ohne technische Lüftung sollten die Fenster wesentlich öfter als üblich geöffnet werden. Eine Öffnung der Fenster sollte alle 20 Minuten erfolgen.
- Die Lüftungsanlage sollte mindestens zwei Stunden vor und nach Benutzung der Räume auf Nennleistung gefahren werden.

- In Zeiten, in denen die Räume nicht genutzt werden, sollte die Lüftung mit abgesenkter Leistung weiter betrieben werden.
- Der Umluftbetrieb zentraler Lüftungsanlagen sollte vermieden werden. Umluftfilter haben in der Regel nicht die Qualität, Viren abzuscheiden.
- Lüftungsanlagen, die nur die Raumluft umwälzen und konditionieren (Heizen, Kühlen, Befeuchten), sollten abgeschaltet werden.

Weitere Maßnahmen:

- Sperrung von Umkleebereichen und Duschen.
 - Schon in Trainingskleidung kommen, zuhause duschen.
- Zeitliche Ballungen vermeiden
- genügend Zeit zwischen 2 Gruppentrainingseinheiten lassen,
- Zugangszeiten regeln und kommunizieren,
- Zugang kontrollieren,
- ggf. „Einbahnstraßen“ einrichten.
- Dokumentation der anwesenden Personen zum Nachvollziehen einer möglichen Infektionskette.

Abstände zwischen Trainierenden

Die empfohlenen Abstandswerte des RKI von 1,5 – 2m sind für den Trainingsbetrieb in vielen Fällen allerdings nicht ausreichend, da durch die Bewegung und die höhere Atemfrequenz und Ausatemvolumen die Tröpfchen deutlich weiter getragen werden.

Abstände Im Fitness- oder Sportstudio bei der Nutzung von Geräten

- Maximale Zahl der Trainierenden (TN) begrenzen und an örtliche Gegebenheiten und Raumgröße anpassen.
- Abstände zwischen den Trainingsgeräten oder Trainingsstationen vergrößern (mindestens 1,5 m seitlich, mindestens 2 m in Atemrichtung) oder Trainingsgeräte bzw. Trainingsstationen sperren, um die Abstände zu gewährleisten; ggf. Zeitfenster für die Nutzung nebeneinanderstehender Geräte einrichten (räumlicher oder zeitlicher Abstand von Personen).
 - Ist zu erwarten, dass bei bestimmten Geräten hohe Atemvolumina vorhanden sein werden, z.B. Spinningbikes, ist dies bei der Planung der Abstände zu berücksichtigen. (siehe Hinweise zu Abständen beim Training außerhalb des Studios)
 - Für spezielle Geräte wie Ruderergometer, die einen größeren Bewegungsumfang benötigen und Luftverwirbelung auslösen können, ist ein größerer Abstand sinnvoll.
- Auf Übungen mit Körperkontakt ist zu verzichten, ebenso auf Hilfestellung, z.B. beim Langhanteltraining.

Abstände beim Training außerhalb des Studios

- Beim Laufen oder langsamen Radfahren sollten 10m und bei höherem Tempo 20m Abstand zur vorderen Person eingehalten werden.
- Da das Infektionsrisiko im Windschatten am größten ist, ist ein nebeneinander oder versetztes Trainieren zu empfehlen.¹

¹ Blocken, B., Malizia, F., van Druenen, T., Marchal, T. (im Druck). Towards aerodynamically equivalent COVID19 1.5 m social distancing for walking and running. Abgerufen am 04.05.2020 unter: http://www.urbanphysics.net/Social%20Distancing%20v20_White_Paper.pdf

- Ist das nicht möglich, sollten Abstände von 20m eingehalten werden, wenn die Personen hintereinander trainieren.
- Auf Übungen mit Körperkontakt ist zu verzichten, ebenso auf Hilfestellung.
- Möglichst feste Trainingsgruppen bilden (auch bei Unterteilung der Trainingsgruppe)

Abstände beim Gruppentraining

- Eine Orientierungsgröße zur Berechnung der maximalen TN-Zahl ist: qm-Zahl geteilt durch 10 entspricht maximaler Personenzahl bei Trainings, die von einer Person auf einer zugewiesenen Fläche stattfinden. Bei der Planung der Gruppengröße ist das Problem hoher Atemvolumina zu berücksichtigen. Hier kann es sinnvoll sein, die Teilnehmerzahl stärker zu begrenzen.
- Zu beachten ist eine ausreichende Lüftung; ggf. ist die Teilnehmerzahl weiter zu begrenzen.
- Auf Übungen mit Körperkontakt ist zu verzichten, ebenso auf Hilfestellung.
- Räume eventuell unterteilen (durch Geräte/Klebeband), ggf. Stationen bilden.
- Möglichst feste Trainingsgruppen bilden (auch bei Unterteilung der Trainingsgruppe).

Weitere Bereiche wie Theke, Empfang, Verkauf und gastronomische Bereiche

Die hier gegebenen Empfehlungen sind – je nach Umfang und Größe des Verkaufs oder des gastronomischen Betriebs durch die Empfehlungen der fachlich zuständigen Berufsgenossenschaft (BGHW (www.bghw.de) für den Verkauf; BGN (www.bgn.de) für die Gastronomie) zu ergänzen.

- Die betrieblichen Abläufe sind so zu gestalten, dass zwischen Personen ein Abstand von mind. 1,50 m eingehalten wird. Dies gilt für alle betrieblichen Bereiche einschließlich der Verkehrswege, Sanitär- und Pausenräume.
- Abstand zwischen Gästen und Beschäftigten einhalten durch ausreichend breite Tresen. Anbringen von Markierungen am Boden zur Einhaltung des Abstands z. B. an Bestell- und Verkaufstheken, Rezeptionen.
- Kann der Abstand von 1,50 m nicht eingehalten werden, ist zur Vermeidung der Infektionsübertragung eine räumliche Trennung zwischen den jeweiligen Arbeitsplätzen vorzusehen (z. B. ausreichend hohe Barrieren aus durchsichtigem Material wie Acrylglas (Plexiglas® o. ä.)
- Ist bei bestimmten Tätigkeiten ein ausreichender Abstand bzw. eine Abtrennung aus betriebstechnischen Gründen nicht möglich, sind den Beschäftigten Mund-Nase-Bedeckungen in ausreichender Anzahl zur Verfügung zu stellen. Die Beschäftigten sind über die richtige Verwendung, die maximale Tragedauer sowie die Pflege der Mund-Nase-Bedeckungen zu unterweisen.

Erste-Hilfe

Sollte es im Rahmen der Ersten-Hilfe notwendig sein, Wiederbelebungsmaßnahmen durchzuführen, wird auf Mund-zu-Mund- oder Mund-zu-Nase-Beatmung verzichtet. Eine Herzdruck-Massage ist in diesem Fall bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes ausreichend.

Unterweisung und regelmäßige Information

Alle Beteiligten (Angestellte, Freiberufler, Trainierende) müssen vor Aufnahme des Betriebes über die zu treffenden Maßnahmen oder einzuhaltenden Regularien informiert und angehalten sein, diese zu beachten. Die entsprechenden Aushänge (z.B. richtiges Händewaschen) sind zu platzieren.

Zusätzliche Informationen finden Sie hier:

- https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/LandingPage/Startseite/Leitplanken/Zehn_DOSB-Leitplanken.pdf
- Informationen zu den Risikogruppen des Robert-Koch-Instituts: https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html
- Informationen der Spitzensportverbände: <https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/sport-artspezifische-uebergangsregeln/?%C3%9Cbergangsregeln>
- <https://www.bgn.de/corona/bgn-handlungshilfen-fuer-betriebe/>
- <https://www.bghw.de/die-bghw/faq/faqs-rund-um-corona/spezielle-fragen-fuer-beschaefigte-im-handel-und-in-der-warenlogistik/best-practice-beispiele>