



Übergangsregeln Breitensport



Spiel- und Sportbetrieb (eigenständige Ausübung der Sportart ohne Anleitung)

1. Eigenständiges Abfahren der ausgearbeiteten Permanenten RTF- und CTF-Streckenverläufe, allein oder zu zweit.
2. Beim Hintereinanderfahren gilt auch zur Sturzvorbeugung „ je weiter die Distanz, desto sicherer“.

Trainingsbetrieb unter Anleitung eines Übungsleiters/Trainers

1. Ausdauertraining im öffentlichen Raum mit ausreichendem Abstand (kein Windschattenfahren, frühzeitiges Ausscheren beim Überholen anderer, Spucken und Schnäuzen sind zu unterlassen).
2. Kleingruppen gemäß DOSB-Leitlinien und behördlichen Vorgaben.

ggf. Wettkampfbetrieb

Der BDR hat im Breitensport keine Wettkampfformen und Zeitnahme. Die generelle Durchführung als Open-Air-Veranstaltung **unter Berücksichtigung der DOSB-Leitplanken** ermöglicht:

1. Radwanderfahrten in geführten Kleingruppen unter Beachtung der Distanzregeln und landesspezifischen Kontakteinschränkungen.
2. RTF und CTF: Bei der Organisation sind zur Gewährleistung der Abstandsregel die Platzverhältnisse in den Bereichen Anmeldung, Start/ Ziel und an den Servicestellen großzügig zu gestalten. Windschattenfahren ist verboten.

Hygieneregeln

1. Im Rahmen des Krafttrainings werden die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen besonders konsequent eingehalten und die Geräte nach der individuellen Nutzung desinfiziert.
2. Häufigeres Händewaschen.

Distanzregeln

1. Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Sportler*innen, Trainer*innen und Helfer*innen wird bei allen Aktivitäten gewährleistet.
2. Die Umkleidekabinen und Duschen der Hallen bleiben geschlossen.
3. Körperkontakt wird in allen Bereichen vermieden.

Die maximale Größe der Trainingsgruppe in den Krafträumen wird an die Größe der Halle angepasst (Max. 5 Sportler*innen).