

INFEKTIONSSCHUTZKONZEPT für die EISSCHNELLAUF-WETTKÄMPFE in der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle Erfurt

Dieses Infektionsschutzkonzept dient zur Verhinderung der Verbreitung und Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 beim Wettkampfbetrieb Eisschnelllauf im Eissportzentrum Erfurt in der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle in der Saison 2022/2023.

Oberstes Ziel ist die Gesundheit und Sicherheit von Sportler, Betreuern und allen Mitwirkenden bei der Durchführung von Eisschnelllauf-Wettkämpfen in Erfurt zu gewährleisten.

Grundlage dieses Infektionsschutzkonzeptes sind folgende Dokumente:

- Thüringer Verordnungen (in der aktuell gültigen Fassung: <https://corona.thueringen.de/>)
- Allgemeinverfügung der Stadt Erfurt (in der aktuell gültigen Fassung: <https://www.erfurt.de/ef/de/service/aktuelles/topthemen/coronavirus/index.html>)
- Infektionsschutzkonzept des Erfurter Sportbetriebes (in der aktuell gültigen Fassung: <https://erfurter-sportbetrieb.de/corona>)

INFEKTIONSSCHUTZKONZEPT

Bei allen Aktivitäten bei der Durchführung sowie der Vor- und Nachbereitung der Eisschnelllauf-Wettkämpfe in Erfurt sind die Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts zum Verhalten und zu Hygiene-Standards einzuhalten.

Zusätzlich zu den allgemeinen Hygiene- und Verhaltensregeln sind folgende Maßnahme bei allen Eisschnelllauf-Wettkämpfen umzusetzen:

- **Ausschluss von Personen mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung,**
- **Ausschluss von Personen, die mit Personen, die wissentlich Kontakt zu Personen mit Covid-19-Erkrankungen hatten (hier Vorgabe der Gesundheitsämter maßgebend),**

Personen, die aufgeführte Punkte erfüllen, haben keinen Zutritt ins Eissportzentrum Erfurt / in die Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle.

Diese Regeln des Infektionsschutzkonzept sind vollumfänglich umzusetzen und einzuhalten.

a) Verantwortliche Person

Verantwortliche Person für das Infektionsschutzkonzept des Eissportclub Erfurt e.V. ist der Vorstand, hier vertreten durch den Vorstand Sport/Geschäftsführer Herrn Marian Thoms.

b) Angabe zur genutzten Raumgröße in Gebäuden

Auf Grundlage der Nutzungsvereinbarung mit dem Erfurter Sportbetrieb erfolgt eine sportliche Nutzung der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle. Die Angaben für diese Sportanlage sind im Infektionsschutzkonzept des Erfurter Sportbetriebes beschrieben.

Die Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle hat eine Grundfläche von 15.000 m².
Die Wettkampffläche (400m-Bahn) hat eine Fläche von 4.760 m².

Der Vereinsraum im Funktionsgebäude des Eissportzentrum Erfurt wird für administrative Abläufe in der Organisation der Wettkämpfe genutzt und hat eine Größe von 69 m². Der Zugang ist nur für Wettkampfpersonal gestattet.

Anlage 1: Skizze Wettkampfstätte GNS-Halle

c) Angaben zur begehbaren Grundstücksfläche unter freiem Himmel

Im Wettkampfbetrieb werden keine begehbaren Grundstücke unter freiem Himmel genutzt.

Für Wettkampfvorbereitung bzw. -nachbereitung (Warm Up, Cool Down) wird der öffentliche Raum außerhalb der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle/im Umfeld der Eishalle im Freien empfohlen.

d) Angaben zur raumluftechnischen Ausstattung

Auf Grundlage der Nutzungsvereinbarung mit dem Erfurter Sportbetrieb erfolgt eine sportliche Nutzung der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle. Die Angaben für diese Sportanlage sind im Infektionsschutzkonzept des Erfurter Sportbetriebes beschrieben.

Die Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle verfügt über eine automatische Klimatisierung durch raumluftechnische Anlagen. Bei allen weiteren genutzten Räumen stehen für die Gewährleistung einer ausreichenden Durchlüftung die Möglichkeiten der Nutzung von Fenstern, Türen sowie RWA-Klappen zur Verfügung.

Der Vereinsraum im Eissportzentrum verfügt über eine große Fensterfront, die eine sehr großzügige Belüftung zulässt.

e) Maßnahmen zur regelmäßigen Be- und Entlüftung

Für die regelmäßige Be- und Entlüftung der genutzten Sporträume und des Vereinsraumes sind die Möglichkeiten der Querlüftung über Fenster und Türen zu nutzen.

Die Lüftung des Vereinsraum hat halbstündlich zu erfolgen.

Vorhandene raumluftechnische Anlagen in der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle sind nach Rücksprache mit dem Personal des Erfurter Sportbetriebes zu verwenden. Eine eigenständige Bedingung dieser Anlagen erfolgt nicht.

Räume ohne ausreichend Be- und Entlüftung dürfen nicht genutzt werden.

f) Maßnahmen zur Gewährleistung des Mindestabstandes

Ein Abstand von mindestens 1,5 m zwischen den Personen ist bei allen Aktivitäten einzuhalten. Bei der Ausübung der Sportart Eisschnelllauf im Wettkampf ist dieser Mindestabstand auf Grund der Vorgabe der Wettkampfberechtigten bereits vorgegeben.

Bei der Vor- und Nachbereitung zum Wettkampf steht auf Grund der Größe im Innenfeld (2x 1.800 m² + Zwischenräume = ca. 6.000 m²) genügend Raum zur Verfügung. Der Mindestabstand ist auf Grund der höheren Bewegung und der höheren Atemfrequenz und des damit höherem Ausatemvolumens abhängig von der sportlichen Aktivität (Warm Up, Wettkampf, Cool Down) zu vergrößern.

Ansammlungen von Sportgruppen in der Vor- und Nachbereitung oder beim Betreten und Verlassen der Sportstätte ist zu vermeiden.

Umkleidekabinen können bei Öffnung durch den Sportstättenbetreiber genutzt werden. Hierbei ist auf ausreichenden Abstand in den Kabinen und auf Be- und Entlüftung zu achten.

Ist der Mindestabstand nicht einzuhalten, so wird das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes empfohlen. Diese betrifft vor allem den Kabinengang im Eingangsbereich sowie den Tunnel als Zugang zum Innenfeld in der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle.

g) Maßnahmen zur angemessenen Beschränkung des Besucherverkehrs

Der Zutritt zu den Eisschnelllauf-Wettkämpfen ist nur den angemeldeten Teilnehmern, den dazugehörigen Trainern/Betreuern, dem Organisationsteam, dem Wettkampfrichter und den Mitarbeitern des Erfurter Sportbetriebes gestattet.

Begleitpersonen (z.B. Eltern, die ihre Kinder zum Wettkampf bringen) haben nach Übergabe des teilnehmenden Sportlers an den Trainer/Betreuer den Abgabeort unverzüglich zu verlassen. Ein Aufenthalt dieser Begleitpersonen in der Wettkampfstätte ist nur im Zuschauerbereich (Tribünen außerhalb der 400m-Bahn, wenn Zuschauer nach aktueller Lage erlaubt sind, (siehe Punkt 12) möglich. Der Innenraum ist für Zuschauer gesperrt.

h) Maßnahmen zur Einhaltung der Infektionsschutzregeln nach §§ 3 und 4

Die Maßnahmen zur Einhaltung der Infektionsschutzregeln werden in den speziellen Verhaltens- und Hygieneregeln für Eisschnelllauf-Wettkämpfe in Erfurt folgend näher beschrieben.

i) Maßnahmen zur Sicherstellung des spezifischen Schutzes der Arbeitnehmer

Die haupt- und ehrenamtlichen Trainer/Betreuer, das ehrenamtliche Organisationsteam, das Wettkampfgericht sowie die Mitarbeiter des Erfurter Sportbetrieb wurden auf Grundlage der auf Seite 1 angeführten Verordnungen und Vorgaben belehrt und zur Umsetzung des Infektionsschutzkonzeptes verpflichtet.

SPEZIELLE VERHALTENS- UND HYGIENEREGELN

1. Anmeldung

Die Anmeldung zum Eisschnelllauf-Wettkampf in Erfurt erfolgt per E-Mail mit vorgegebenem Meldeformular an: office@eisschnelllauf-erfurt.de.

Es werden nur Wettkampfmeldungen von Sportvereinen/Sportteams akzeptiert. Private Meldungen von Einzelsportlern werden nicht angenommen.

Mit der Anmeldung akzeptieren die teilnehmenden Sportler sowie die Trainer/Betreuer die Wettkampfregularien laut Ausschreibung und dieses dazugehörige Infektionsschutzkonzept.

2. Verantwortlichkeit

Der Verantwortliche für die Anmeldung von Sportlern bzw. Wettkampfgruppen und die Einhaltung der örtlichen Hygieneregeln und -maßnahmen ist vom entsendenden Verein/Team festzulegen. Er gilt als Kontaktpartner bei einer notwendigen Nachverfolgung der Kontaktpersonen im Falle des Auftretens einer Covid-19-Infektion und kann im Falle der Nichteinhaltung der örtlich bindenden Regularien zur Eindämmung der Corona-Pandemie durch die mitreisenden Sportler und Trainer zur Verantwortung gezogen werden.

3. Grundfläche / Wegeführung / Zugang Eisflächen

Die Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle hat eine Grundfläche von 15.000 m². Sie verfügt über eine automatische Klimatisierung durch raumluftechnische Anlagen.

Der Eingang in die und Ausgang aus der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle sind getrennt.

Der Eingang erfolgt über den Personaleingang, der Ausgang über die Drehkreuze.

Die Laufwege erfolgen über ein gekennzeichnetes Einbahnwegesystem.

Der Zugang zu den Eisflächen erfolgt über den Tunnel in den Innenraum.

Im Kabinengang sowie im Tunnel ist das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes zu empfehlen.

Anlage 1: Skizze Wettkampfstätte GNS-Halle

4. Allgemeine Hygienemaßnahmen / Hygienetipps

Die allgemeine Hygienemaßnahmen sind vollumfänglich zu beachten und umzusetzen.

Anlage 2: Die 10 wichtigsten Hygienetipps

5. Desinfektion

Im Ein- und Ausgangsbereich stehen Handdesinfektionen zur Verfügung. Diese sind mindestens beim Betreten der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle zu nutzen.

Im Vereinsraum (administrativer Bereich – Admin) stehen Hand- sowie Flächendesinfektionsspender zur Verfügung.

Auf den vorgegebenen Sitzgelegenheiten (Bsp. Bänke im Innenraum) sind bei Bedarf eigene Handtücher als Unterlage zu verwenden. Die Desinfektion von Sitzgelegenheiten ist durch den Nutzer eigenständig durchzuführen.

6. Teilnehmerzahl / Nutzerzahl

Die Teilnehmerzahl für den Wettkampftag wird auf 200 begrenzt.

Die Nutzung der Sportflächen wird auf folgende Zahl begrenzt:

Sportfläche	Maximale Anzahl der Nutzer (Sportler, Trainer/Betreuer)
400m-Bahn (4.760 m ²)	200
Inneneisfeld (1.800 m ²)	90
Bitumfeld (1.800 m ²)	180

7. Sitzgelegenheiten / Sanitäranlagen

Die vorgegebenen Sitzgelegenheiten (Bänke) im Innenraum der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle sind zu nutzen. Eine Verschiebung der Sitzbänke ist nicht erlaubt.

Die Sanitäranlagen/Toiletten in der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle sind nach Vorgabe des Sportstättenbetreibers zu betreten.

8. Informationen, Start- und Ergebnislisten

Bei allen Veröffentlichungen von Informationen zum Wettkampf, bei Start- und Ergebnislisten sowie Dokumentationen zum Wettkampfverlauf (z.B. Protokolle) wird die Weitergabe von Papier auf ein notwendiges Minimum beschränkt.

Zur Informationsverteilung wird der Messenger „Telegram“ genutzt.



LIVE
während des Wettkampfes

Infokanal Eisschnelllauf-Wettkämpfe Erfurt

Aktuell alle Startlisten und Ergebnisse direkt aufs Smartphone

über Messenger „Telegram“ 

Anleitung:

1. App herunterladen <https://telegram.org/>
(für Android, iPhone, iPad, WindowsPhone, Desktop Windows, Mac oder Linux)
2. in der App registrieren
3. Kanal abonnieren - direkt über Link <https://t.me/EisschnelllaufErfurt>
oder in der App suchen [EisschnelllaufErfurt](https://t.me/EisschnelllaufErfurt)

9. Regeln für Sportler / aktive Wettkampfteilnehmer

9.1. Registrierung Anwesenheit / Kontaktnachverfolgung

Für die eventuell notwendige Kontaktnachverfolgung müssen alle am Wettkampf teilnehmenden Sportler für den jeweiligen Wettkampf angemeldet sein. Diese Meldung erfolgt in schriftlicher Form auf dem dafür vorgesehenen Meldeformular gemäß Ausschreibung für Eisschnelllauf Wettkämpfe in Erfurt.

Alle Ausschreibungen und Information sind unter: www.eisschnelllauf-erfurt.de veröffentlicht.
Bei kurzfristigen Änderungen, Um- bzw. Nachmeldung von Sportlern ist unverzüglich die Wettkampfleitung in Kenntnis zu setzen.

Wettkampfleitung: Herr Uwe Sauerteig
Herr Dieter Jander
Herr Marian Thoms

Mobil: +49 (0) 170 - 401 42 36
Mobil: +49 (0) 171 - 327 73 66
Mobil: +49 (0) 151 - 234 29 733
E-Mail: office@eisschnelllauf-erfurt.de

9.2. Umkleidekabinen

Für Nutzung von Umkleideräumen und Duschen wird die Einhaltung des Mindestabstandes als Grundlage der Nutzung empfohlen. Die Sportler sind daher angehalten, nur mit so vielen Personen die betreffenden Räume zu betreten, die eine ständige Einhaltung des Mindestabstandes gewährleisten. Im Kabinengang wird das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes empfohlen.

9.3. Wettkampfvorbereitung und -nachbereitung

Zur Wettkampfvorbereitung und -nachbereitung (Warm Up, Cool Down) steht den Sportlern im Rahmen der vorgegebenen maximalen Nutzerzahl das Bitumenfeld zu Verfügung. Der Mindestabstand zwischen den Sportlern ist zu gewährleisten.

Es wird, so weit wie möglich, eine Freiluft-Wettkampfvorbereitung bzw. -nachbereitung außerhalb der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle empfohlen.

9.4. Verhalten auf dem Eis

Der Mindestabstand zwischen den Sportlern ist so weit wie möglich einzuhalten.

9.5. Transponderausgabe für Zeitnahme

Transponder für die Zeitmessung stehen zur Verfügung. Es erfolgt eine direkte Ausgabe von Transpondern seitens des Wettkampfrichtes. Die Sportler sind für das Tragen der Transponder laut Wettkampfregrulationen selbst verantwortlich. Daher wird mit Veröffentlichung der Startliste (ca. 30 min vor Beginn des Wettkampfes) jedem Sportler für jeden Wettkampflauf eine Transpondernummer zugewiesen.

Nach dem jeweiligen Wettkampflauf ist das Transponder-Paar **unverzüglich** zurückzugeben.

9.6. Armbinden

Es werden keine Armbinden seitens des Wettkampfrichtes verteilt. Die Sportler sind für das Tragen der Armbinden selbst verantwortlich. Jeder Sportler muss seine persönlichen Armbinden in den vorgegebenen Farben besitzen und hat diese für den Wettkampf zu benutzen.

9.7. Weitere Sportausrüstung und Equipment

Das Teilen persönlicher Sportausrüstung und Equipment (z.B. Helm oder Schienbeinschützer) von Sportlern untereinander wird nicht empfohlen.

10. Regeln für Trainer/Betreuer

10.1. Registrierung Anwesenheit - Kontaktnachverfolgung

entfällt

10.2. Aufenthalt im Innenraum

Der Aufenthalt im Innenraum ist auf ein notwendiges Minimum zu beschränken nur zur direkten Wettkampfvor- und nachbereitung gestattet.

Hierbei sind der Mindestabstand, die maximale Nutzeranzahl (Punkt 6.) sowie die Vorgabe zu den Sitzgelegenheiten (Punkt 7.) zu beachten.

10.3. Verhalten auf dem Eis

Der Aufenthalt auf der Eisfläche selbst ist auf ein Minimum zu beschränken. Der Mindestabstand zu anderen Personen ist einzuhalten.

11. Regeln für das Wettkampfgericht

11.1. Registrierung Anwesenheit / Kontaktnachverfolgung

Für die Einsatzplanung des Wettkampfgerichtes ist die personen- und funktionsbezogene Eintragung für jeden Wettkampf notwendig. Hierzu erfolgt die Aufstellung der Wettkampfeinsatzplanung durch den Schiedsrichter und die Wettkampfleitung.

11.2. Rechenbüro

Der Zutritt zum Rechenbüro ist während des Wettkampfes in erster Linie der elektronischen Zeitmessung bzw. Computerauswertung und dem Sprecher im Rahmen der maximalen Nutzerzahl von 6 Personen vorbehalten. Der Mindestabstand im Rechenbüro ist zu empfehlen.

11.3. Zielgericht

Das Zielgericht zur Handzeitmessung befindet sich, wie gewohnt, am Ziel der Wettkampfstrecke. Der Mindestabstand ist zu empfehlen, in dem die Tribüne oberhalb des Zielbereiches genutzt werden kann.

11.4. Ausstattung Wettkampfgericht

Das Teilen von persönlicher Ausstattung für das Wettkampfgericht (z.B. Pfeifen oder Armschleifen der Starter) wird nicht empfohlen.

12. Regeln für Zuschauer / Publikumsbereich

Der Zuschauerbereich befindet sich außerhalb der 400m-Bahn auf den ausgewiesenen Tribünen. Ein Betreten des Innenraumes der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle durch den Tunnelzugang oder über das Eis ist nicht gestattet.

Handdesinfektion

Im Eingang steht Handdesinfektion zur Verfügung. Die Nutzung ist beim Betreten der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle zu empfehlen.

Mund-Nasen-Schutz / Abstand

Im kompletten Publikumsbereich ist das korrekte Tragen eines medizinischen Mund-Nasen-Schutzes zu empfehlen.

Sanitäre Einrichtungen

Die Sanitäranlagen/Toiletten im Eingangsbereich (außen) sowie in der Gunda-Niemann-Stirnemann-Halle (innen) können genutzt werden.

Die Sanitäranlagen/Toiletten sind nach Vorgabe des Sportstättenbetreibers zu betreten.

13. Weitere Regularien

Bei Verstößen gegen die Verhaltens- und Hygieneregeln werden diese Personen mit sofortiger Wirkung vom Wettkampf ausgeschlossen und der Sportstätte verwiesen.

14. Datenschutz

Im Rahmen der Anmeldung, Registrierung und Kontaktnachverfolgung erheben und verarbeiten wir personenbezogene Daten.

Die Erhebung dieser personenbezogenen Daten erfolgt gem. Art. 6 Abs. 1 (b) bzw. (f) zur Einhaltung der bundes- und landesweiten Regelungen zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus. Soweit davon Gesundheitsdaten betroffen sind, erfolgt die Verarbeitung im öffentlichen Interesse im Bereich Gesundheit gem. Art. 9 Abs. 2 (i).

Es werden Teilnehmerlisten zum Zwecke der Nachverfolgung einer möglichen Infektionskette geführt. Soweit von dort angefordert, werden Daten an das zuständige Gesundheitsamt zu dem beschriebenen Zweck weitergeleitet.

Kontakt:

Datenschutzbeauftragter des Eissportclub Erfurt e.V.

Geschäftsstelle

Arnstädter Str. 53

99096 Erfurt

Telefon: 0361 64494-0

E-Mail: datenschutz@esc-erfurt.de

Betroffenenrechte:

Auskunft (Art. 15), Berichtigung (Art. 16) Löschung (Art. 17), Einschränkung der Verarbeitung (Art. 18), Datenübertragbarkeit (Art. 20), Widerspruch (Art. 21), Beschwerde (Art. 77), Einwilligungen jederzeit zu widerrufen, ohne Berührung der aufgrund der rechtmäßig erteilten Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung.

Kontakt

Eissportclub Erfurt e.V.
Geschäftsstelle
Arnstädter Str. 53
99096 Erfurt

Telefon: 0361 / 644 94-0
Fax: 0361 / 644 94-20
E-Mail: info@esc-erfurt.de

Thüringer Eis- und Rollsportverband e.V.
Geschäftsstelle
Arnstädter Str. 53
99096 Erfurt

Telefon: 0361 / 653 42 71
Fax: 0361 / 653 42 72
E-Mail: info@terv-online.de

Anlage 1: Skizze Wettkampfstätte GNS-Halle



Anlage 2: Die 10 wichtigsten Hygienetipps



Infektionen vorbeugen: Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir einer Vielzahl von Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

<p>Regelmäßig Hände waschen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ wenn Sie nach Hause kommen ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen ▶ vor den Mahlzeiten ▶ nach dem Besuch der Toilette ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten ▶ nach dem Kontakt mit Tieren 	1		<p>Hände gründlich waschen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Hände unter fließendes Wasser halten ▶ Hände von allen Seiten mit Seife einreiben ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen ▶ Hände unter fließendem Wasser abwaschen ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen
<p>Hände aus dem Gesicht fernhalten</p> <p>Vermeiden Sie es, mit ungewaschenen Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.</p>	3		
<p>Im Krankheitsfall Abstand halten</p> <p>Kurieren Sie sich zu Hause aus. Verzichtern Sie auf enge Körperkontakte. Bei hohem Ansteckungsrisiko für andere kann es sinnvoll sein, sich in einem separaten Raum aufzuhalten oder eine getrennte Toilette zu benutzen. Verwenden Sie persönliche Gegenstände wie Handtücher oder Trinkgläser nicht gemeinsam.</p>	5		<p>Richtig husten und niesen</p> <p>Husten und niesen Sie am besten in ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase. Halten Sie dabei Abstand von anderen Personen und drehen sich weg.</p>
<p>Auf ein sauberes Zuhause achten</p> <p>Reinigen Sie insbesondere Bad und Küche regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern. Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.</p>	7		<p>Wunden schützen</p> <p>Decken Sie Verletzungen und Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.</p>
<p>Geschirr und Wäsche heiß waschen</p> <p>Reinigen Sie Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Maschine bei mindestens 60°C. Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60°C.</p>	9		<p>Lebensmittel hygienisch behandeln</p> <p>Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf. Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrenten Lebensmitteln. Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70°C. Waschen Sie rohes Gemüse und Obst vor dem Verzehr gründlich ab.</p>
	10		<p>Regelmäßig lüften</p> <p>Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten mit weit geöffneten Fenstern.</p>



Anlage 3: Wettkampftermine

Nr.	Datum	Bezeichnung	Veranstalter	Anmerkung
01	Sa, 08.10.2022	Erfurt Race	ESC	
02	Sa, 15.10.2022	Erfurt Race	ESC	ISU
03	So, 16.10.2022	Erfurt Race	ESC	ISU
04	Sa, 22.10.2022	Erfurt Race	ESC	ISU
05	So, 23.10.2022	Erfurt Race	ESC	ISU
06	Sa, 29.10.2022	Erfurt Race	ESC	ISU
07	So, 30.10.2022	Erfurt Race	ESC	ISU
08	Sa, 05.11.2022	Erfurt Race	ESC	ISU
09	So, 06.11.2022	Erfurt Race	ESC	ISU
10	Sa, 12.11.2022	Erfurt Race	ESC	
11	Sa, 19.11.2022	Erfurt Race	ESC	
12	Sa, 26.11.2022	14th International Masters CRITERION	ESC	Ausschreibung ESC
13	Sa, 27.11.2022			
14	Sa, 03.12.2022	Zwergenrennen	ESC	Ausschreibung ESC
15	Sa, 10.12.2022	Erfurt Race	ESC	
16	So, 11.12.2022	Erfurt Race	ESC	
17	Sa, 17.12.2022	Erfurt Race	ESC	
18	Mi, 28.12.2022	Erfurt Last-2022 Race	ESC	ISU
19	Sa, 07.01.2023	Erfurt First-2023 Race	ESC	ISU
20	So, 08.01.2023	Erfurt First-2023 Race	ESC	ISU
21	Sa, 14.01.2023	Erfurt Race	ESC	
22	So, 15.01.2023	Erfurt Race	ESC	
23	Sa, 21.01.2023	Erfurt Race	ESC	
24	Fr, 27.01.2023	DM Einzelstrecken Damen und Herren + 4.Deutschland- Cup Junioren A/B/C	DESG / ESC	Ausschreibung DESG
25	Sa, 28.01.2023			
26	So, 29.01.2023			
27	Sa, 04.02.2023	Thüringen Open	ESC	ISU
28	So, 05.02.2023	Thüringen Open	ESC	ISU
29	Sa, 11.02.2023	Offene Thüringer Meisterschaften Junioren	TERV / ESC	Ausschreibung TERV
30	So, 12.02.2023	Offene Thüringer Meisterschaften Nachwuchs	TERV / ESC	Ausschreibung TERV
31	Sa, 18.02.2023	Deutsche Meisterschaften Mehrkampf und Staffel Junioren C/D	DESG / ESC	Ausschreibung DESG
32	So, 19.02.2023			
33	Sa, 25.02.2023	Sachsen-Thüringen-Pokal	TERV / ESC	Ausschreibung TERV
34	Fr, 03.03.2023	FINALE Deutschland-Cup Damen, Herren, Junioren A/B/C	DESG / ESC	Ausschreibung DESG
35	Sa, 04.03.2023			
36	So, 06.03.2023			