

Die Regelungen für Training und Wettkämpfe im Freizeit- und Amateursport richten sich nach der **7-Tage-Inzidenz im jeweiligen Stadt- oder Landkreis**.

In allen vier Stufen gilt generell:

- Zum Freizeit- und Amateursport zählen auch der Tanzsport und Tanzkurse.
- Sofern gerade kein Sport getrieben wird, gilt in geschlossenen Räumen die Maskenpflicht; im Freien, wenn nicht dauerhaft ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zu anderen Personen eingehalten werden kann.
- Der/Die Veranstalter*in muss ein Hygienekonzept erstellen. Das bedeutet, es ist schriftlich darzustellen, wie die Hygienevorgaben umgesetzt werden sollen. Dazu zählt insbesondere:
 - Die Einhaltung des Mindestabstandes und die Regelung von Personenströmen.
 - Die regelmäßige und ausreichende Lüftung von Innenräumen.
 - Die regelmäßige Reinigung von Oberflächen und Gegenständen.
 - Die rechtzeitige und verständliche Information der Sportlerinnen und Sportler über die geltenden Hygienevorgaben.
 - Auf Verlangen müssen die Verantwortlichen das Hygienekonzept der zuständigen Behörde vorlegen und über die Umsetzung Auskunft erteilen.
- Die Kontaktdaten der Sportlerinnen und Sportler müssen dokumentiert werden. Dazu zählen Vor- und Nachname, Anschrift, Datum und Zeitraum der Anwesenheit und sofern vorhanden die Telefonnummer. Dies kann entweder mit einschlägigen Apps wie Luca oder auch analog auf Papier erfolgen. Wer seine Kontaktdaten nicht oder nicht vollständig angeben möchte, darf am Training/Wettkampf nicht teilnehmen.
- Wenn ein negativer Corona-Schnelltest erforderlich ist, muss dieser
 - vor Ort unter Aufsicht der/des Veranstalterin/Veranstalters durchgeführt werden,
 - im Rahmen einer betrieblichen Testung im Sinne des Arbeitsschutzes durch Personal, das die dafür erforderliche Ausbildung oder Kenntnis und Erfahrung besitzt, erfolgen oder
 - von einem Leistungserbringer nach [§ 6 Absatz 1 der Coronavirus-Testverordnung](#) (Corona-Teststation) vorgenommen oder überwacht werden.
 - Der Test darf nicht älter als 24 Stunden sein.
 - Für Schülerinnen und Schüler ist die Vorlage eines von ihrer Schule bescheinigten negativen Tests, der maximal 60 Stunden zurückliegt, ausreichend. Dies gilt entsprechend für Kindertageseinrichtungen.
 - Kinder bis einschließlich fünf Jahre sind von der Testpflicht ausgenommen.
- Sport zu dienstlichen Zwecken, Reha-Sport und Spitzen- oder Profisport oder zu ähnlichen Zwecken ist allgemein gestattet.
- Der/Die Veranstalter*in ist für die Einhaltung der Vorgaben verantwortlich.

Inzidenzstufe 4 (über 50)

- Freizeit- und Amateursport (Training oder Wettkampf) ist im Freien mit Gruppen von bis zu 25 Personen erlaubt. Alle Sportlerinnen und Sportler müssen einen negativen Corona-Schnelltest, einen Genesenen- oder Geimpften-Nachweis haben.
- Freizeit- und Amateursport (Training oder Wettkampf) ist in geschlossenen Räumen mit bis zu 14 Personen erlaubt. Alle Sportlerinnen und Sportler müssen einen negativen Corona-Schnelltest, einen Genesenen- oder Geimpften-Nachweis haben.

Inzidenzstufe 3 (zwischen 50 und 35)

Freizeit- und Amateursport (Training oder Wettkampf) ist im Freien und in geschlossenen Räumen ohne Personenbeschränkung erlaubt. Alle Sportlerinnen und Sportler müssen einen negativen Corona-Schnelltest, einen Genesenen- oder Geimpften-Nachweis haben.

Inzidenzstufe 2 (zwischen 35 und 10)

Freizeit- und Amateursport (Training oder Wettkampf) im Freien und geschlossenen Räumen ohne Personenbeschränkung erlaubt. Ein negativer Corona-Schnelltest bzw. Genesenen- oder Geimpften-Nachweis ist nicht erforderlich.

Inzidenzstufe 1 (unter 10)

Freizeit- und Amateursport (Training oder Wettkampf) im Freien und geschlossenen Räumen ohne Personenbeschränkung erlaubt. Ein negativer Corona-Schnelltest bzw. Genesenen- oder Geimpften-Nachweis ist nicht erforderlich.

Generelle Ausnahme

Die Nutzung von Sportanlagen und ähnlichen Einrichtungen zu dienstlichen Zwecken, für den Reha-Sport, Schulsport, Studienbetrieb sowie Spitzen- oder Profisport ist allgemein zulässig.