



Antworten auf häufig gestellte Fragen rund ums Sporttreiben

Vorlesen  

zuletzt aktualisiert am 23.10.2020

Verständlicherweise gibt es bei den niedersächsischen Sportlerinnen und Sportlern immer wieder Fragen, was genau erlaubt ist und was nicht. Die neue [Niedersächsische Verordnung über Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Corona-Virus SARS-CoV-2](#) enthält im Gegensatz zu ihrer Vorgängerverordnung nicht länger einen speziellen „Sport-Paragrafen“, der sämtliche Regelungen rund ums Sporttreiben beinhaltet, sondern es finden sich nunmehr an verschiedenen Stellen der Verordnung Regelungen mit Bezug zur Sportausübung.

Hier die wichtigsten Fundstellen:

- § 2 Abs. 2 Nr. 10 (Ausnahme von Abstandsgebot)
- § 3 Abs. 3 Nr. 9 (Ausnahme von Mund-Nasen-Bedeckung)
- § 5 Abs. 1 Nrn. 9 – 11 (Dokumentation der Kontaktdaten)
- § 7 (Sportveranstaltungen sitzend)
- § 8 Abs. 2 (Sportveranstaltungen stehend)
- § 9 Abs. 1 (Vereinszusammenkünfte)

Durch folgende FAQ sollen die Fragen der Bürgerinnen und Bürger zur Niedersächsischen Verordnung über Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Corona-Virus SARS-CoV-2 in Bezug auf die sportliche Betätigung beantwortet werden.

Wo darf ich Sport treiben?

Die sportliche Betätigung ist sowohl im öffentlichen Raum als auch auf und in öffentlichen und privaten Sportanlagen erlaubt. Es gelten jedoch einige Regeln, die bitte unbedingt einzuhalten sind.

Welche Regelungen gelten für die Sportausübung im öffentlichen Raum?

Die sportliche Betätigung im öffentlichen Raum, also auch auf Wegen und Wiesen in Parks und auf Bürgersteigen, ist mit den folgenden Maßgaben erlaubt. Ein Mindestabstand von 1,5 Metern zu Personen, die nicht dem gleichen Hausstand angehören, muss eingehalten werden. Abweichend davon ist auch die Sportausübung mit Kontakt in Gruppen von nicht mehr als 60 Personen zulässig. Die Kontaktdaten der Mitglieder der jeweiligen Trainingsgruppe müssen dokumentiert werden, damit eine etwaige Infektionskette nachvollzogen werden kann.

Welche Regelungen gelten für die Sportausübung auf öffentlichen und privaten Sportanlagen?

Es gelten dieselben Regelungen, wie für die Sportausübung im öffentlichen Raum, siehe oben.

Gelten für die Sportausübung in der Halle andere Regeln als für die Sportausübung im Freien?

Nein. Es ist jedoch zusätzlich sicherzustellen, dass die Halle ausreichend gelüftet wird.

Gilt ein Skat- oder Schachturnier in einer Halle oder Gaststätte auch als Sportausübung im Sinne der Corona-Verordnung?

Skat ist kein Sport, Schach durchaus. Aber auch bei Schachturnieren in größeren Gruppen mit wechselnden Paarungen sind alle Teilnehmenden aufgrund der hohen Infektionszahlen gebeten, die für Zusammenkünfte in geschlossenen Räumen geltenden Abstands- und Hygieneregeln zu beachten und immer dann, wenn sie nicht am Tisch sitzen, auch Mund-Nasenbedeckungen zu tragen.

Ist Kontakt beim Sport erlaubt?

Grundsätzlich soll die Sportausübung bitte möglichst kontaktlos mit einem Abstand von mindestens 1,5 Metern zu anderen Personen erfolgen. Bei der Sportausübung in Gruppen von bis zu 60 Personen, ist körperlicher Kontakt erlaubt. Das heißt: Fußball, Handball, Beachvolleyball und viele andere Sportarten sind mit sportlichen Zweikämpfen gestattet. Dennoch empfehlen wir auch hier Vorsicht und Umsicht, da die Infektionszahlen steigen.

Welche Dokumentation ist notwendig?

Wenn die Sportausübung in einer Gruppe von bis zu 60 Personen erfolgt, ist sicherzustellen, dass der Familienname, der Vorname, die vollständige Anschrift und eine Telefonnummer jeder an der Sportausübung beteiligten Person sowie der Beginn und das Ende der Sportausübung dokumentiert werden, damit eine etwaige Infektionskette nachvollzogen werden kann. Der Trainer/ die Trainerin oder eine andere feste Ansprechperson sollte die Verantwortung für die Dokumentation übernehmen.

Wie lange muss die Dokumentation aufbewahrt werden?

Die Dokumentation ist für die Dauer von drei Wochen nach Ende der Sportausübung aufzubewahren und dem zuständigen Gesundheitsamt auf Verlangen vorzulegen. Spätestens einen Monat nach der Sportausübung sind die Daten der betreffenden Personen zu löschen. Gleiches gilt für die Sportausübung im öffentlichen Raum.

Sind Spiele gegen Mannschaften anderer Vereine erlaubt?

Ja, insgesamt dürfen aber nicht mehr als 60 Personen gegeneinander antreten. Die Kontaktdaten der gegeneinander spielenden Personen müssen dokumentiert werden, damit eine etwaige Infektionskette nachvollzogen werden kann.



FAQ – sortiert nach Themengebieten

Mit einem Klick zu den Antworten auf die häufig gestellte Fragen zu bestimmten Themen.

[Neuer Alltag mit dem Coronavirus](#)

[Mund-Nasen-Bedeckung](#)

[Sport](#)

[Reisen & Tourismus](#)

[Gesundheit, Hygiene & Verhalten im Verdachtsfall](#)

[Schule](#)

[Kita, Krippe und Hort](#)

[Wissenschaft, Kultur & Weiterbildung](#)

[Berufstätigkeit, Kurzarbeit & wirtschaftliche Unterstützung von Betrieben](#)

[Steuererklärung & andere steuerliche Fragen](#)

[Ernährung, Landwirtschaft & Verbraucherschutz](#)



Was Sie zum Coronavirus wissen müssen

[Wir sind stärker! Niedersachsen gegen Corona](#)

[Vernetzen Sie sich mit uns!](#)

[Antworten auf häufig gestellte Fragen \(FAQ\)](#)

[Vorschriften der Landesregierung](#)

[Alle wichtigen Hotlines und Hilfsangebote im Überblick](#)

[Aktuelle Lage in Niedersachsen](#)

Können diese Voraussetzungen eingehalten werden, steht Spielen - auch Wettkämpfen - gegen andere Mannschaften nichts entgegen.

Welche Sportarten sind erlaubt?

Im Grundsatz ist die Ausübung aller Sportarten, egal ob Individualsportarten oder Mannschaftssportarten, erlaubt. Für die kontaktlose Sportausübung ist das Einhalten des Abstandes von mindestens 1,5 Metern vorgeschrieben. Sportausübung mit Kontakt ist erlaubt, wenn die sportliche Betätigung in Gruppen von bis zu 60 Personen stattfindet. Die Dokumentation der Kontaktdaten der Sportlerinnen und Sportler ist zwingend vorgeschrieben. In jedem Fall sind die Hygienevorschriften einzuhalten.

Mit wie vielen Personen darf auf öffentlichen und privaten Sportanlagen trainiert werden?

Bei der Zahl der kontaktlos Trainierenden auf öffentlichen und privaten Sportanlagen gibt es keine pauschale Begrenzung. Entscheidend ist der Abstand zwischen den einzelnen Personen (mindestens 1,5 Meter). Abweichend hiervon ist die Sportausübung mit Kontakt in Gruppen von bis zu 60 Personen zulässig.

Mit wie vielen Personen darf im öffentlichen Raum trainiert werden?

Es gelten dieselben Regelungen, wie für das Training auf öffentlichen und privaten Sportanlagen, siehe oben.

Muss während der Sportausübung eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden?

Nein, die Sportlerinnen und Sportler müssen während der Sportausübung keine Mund-Nasen-Bedeckung tragen. Bei Sportveranstaltungen mit mehr als 50 Zuschauerinnen und Zuschauern haben die Zuschauerinnen und Zuschauer außerhalb ihres Sitzplatzes grundsätzlich eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.

Ist die Sportausübung im Fitnessstudio möglich?

Ja, Fitnessstudios dürfen geöffnet und genutzt werden. Wichtig ist die Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln und die Dokumentation der Kontaktdaten der Nutzerinnen und Nutzer des Fitnessstudios. Sportausübung mit Kontakt ist nach der Corona-Verordnung zwar auch hier in Gruppen von bis zu 60 Personen grundsätzlich zulässig, es wäre jedoch wegen der hohen Infektionszahlen gut, wenn in Fitnessstudios möglichst kleinere Gruppen miteinander Sport treiben würden und die Marge bis 60 nicht ausgenutzt würde.

Gibt es die für Sportanlagen geltenden Regeln auch irgendwo kompakt zusammengefasst? Was muss ich als Verein beachten?

Alle Sportlerinnen und Sportler müssen auf Sportanlagen bitte unbedingt die folgenden Regeln einhalten:

- ausreichend großer Abstand zwischen allen Personen (mind. 1,5 Meter), die nicht zum eigenen Hausstand gehören- mit Ausnahme von Sportarten, bei denen größere Mannschaften gegeneinander spielen – aber nur in Gruppen mit nicht mehr als 60 Personen
- konsequente Einhaltung von Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen
- ausreichende Belüftung bei Sportausübung in geschlossenen Räumen

Sind Zuschauerinnen und Zuschauer bei Sportveranstaltungen erlaubt?

Zuschauerinnen und Zuschauer sind grundsätzlich zulässig, es gibt aber ein paar Regeln, die im Folgenden erläutert werden.

Was muss ich als Sportverein beachten, wenn zu meiner Sportveranstaltung nicht mehr als 50 Zuschauerinnen und Zuschauer kommen?

Sofern die Sportveranstaltung von nicht mehr als 50 Zuschauerinnen und Zuschauern besucht wird, können diese die Veranstaltung stehend oder sitzend verfolgen. Es ist zu beachten, dass zwischen den Zuschauerinnen und Zuschauern ein Abstand von mindestens 1,5 Metern einzuhalten ist. Dies gilt nicht gegenüber Personen, die dem eigenen Hausstand, einem weiteren Hausstand oder einer Gruppe von nicht mehr als zehn Personen angehören.

Was muss ich als Sportverein beachten, wenn zu meiner Sportveranstaltung mehr als 50, aber weniger als 500 Zuschauerinnen und Zuschauer kommen?

1. Während der Veranstaltung müssen Sitzplätze eingenommen werden.
2. Zwischen den Zuschauerinnen und Zuschauern ist ein Abstand von mindestens 1,5 Metern einzuhalten. Dies gilt nicht gegenüber Personen, die dem eigenen Hausstand, einem weiteren Hausstand oder einer Gruppe von nicht mehr als zehn Personen angehören.
3. Zuschauerinnen und Zuschauer haben außerhalb ihres Sitzplatzes grundsätzlich eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.
4. Kontaktdaten der Zuschauerinnen und Zuschauer müssen erhoben und dokumentiert werden.

Die örtlich zuständige Behörde **kann** die bisher zulässige Zuschauerzahl von 500 in der Regel weiter beschränken, **sobald** der Inzidenzwert 35 oder mehr beträgt. Von der Beschränkung kann abgesehen werden, wenn die Veranstalterin oder der Veranstalter über ein mit dem Gesundheitsamt abgestimmtes Hygienekonzept verfügt.

Sobald der Inzidenzwert 50 oder mehr beträgt, sind **nicht mehr** 500 Zuschauerinnen und Zuschauer, **sondern** nur noch 100 Zuschauerinnen und Zuschauer zulässig. Auch hiervon können Ausnahmen zugelassen werden, wenn die Veranstalterin oder der Veranstalter über ein mit dem Gesundheitsamt abgestimmtes Hygienekonzept verfügt.

Was muss ich als Sportverein beachten, wenn zu meiner Sportveranstaltung mehr als 500 Zuschauerinnen und Zuschauer kommen?

1. Eine Sportveranstaltung mit mehr als 500 Zuschauerinnen und Zuschauern bedarf der vorherigen Zulassung durch die örtlich zuständige Gesundheitsbehörde.
2. Während der Veranstaltung müssen Sitzplätze eingenommen werden.

Aktuelle Inzidenz-Ampel

Aktuelle Presseinformationen

Mit der AHA-Formel durch den Alltag

Das sollten Sie tun bei Verdacht auf eine Corona-Infektion

Hinweise zur Quarantäne

Hinweise für Reisende

Hinweise für Schulen und Kitas

Hinweise für Berufstätige

Hinweise für Unternehmen

Hinweise für Pflegeheime und ambulante Pflegedienste

Informationen in Leichter Sprache

Informationen in Gebärdensprache

Niedersachsen hält zusammen

Wo sind zuverlässige Informationen und Hinweise zu finden?

Für aktuelle und verlässliche Informationen zum Coronavirus gibt es einige weitere Anlaufstellen.

Zusammen gegen Corona
Bundesgesundheitsministerium
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
Robert-Koch-Institut (RKI)
Europäische Kommission (in englischer Sprache)
Weltgesundheitsorganisation (WHO)

3. Zwischen den Zuschauerinnen und Zuschauern ist ein Abstand von mindestens 1,5 Metern einzuhalten. Dies gilt nicht gegenüber Personen, die dem eigenen Hausstand, einem weiteren Hausstand oder einer Gruppe von nicht mehr als zehn Personen angehören.
4. Zuschauerinnen und Zuschauer haben außerhalb ihres Sitzplatzes grundsätzlich eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.
5. Die Veranstalter müssen Maßnahmen aufgrund eines Hygienekonzeptes treffen (insbesondere zur Steuerung der Personenströme, der Nutzung und Reinigung von Sanitäreinrichtungen, der Lüftung von geschlossenen Räumen).
6. Kontaktdaten der Zuschauerinnen und Zuschauer müssen erhoben und dokumentiert werden (dabei ist der Verkauf personalisierter Tickets ausreichend).
7. Während der Sportveranstaltung darf Alkohol weder angeboten noch konsumiert werden, zudem darf erkennbar alkoholisierten oder berauschten Personen kein Zutritt zur Sportstätte gewährt werden.
8. Gästetickets dürfen nicht verkauft oder auf andere Weise vergeben werden.

Wie viele Zuschauerinnen und Zuschauer darf ich als Sportverein zu meiner Sportveranstaltung maximal einlassen?

Es können bis zu 1.000 Zuschauerinnen und Zuschauer eingelassen bzw. bis zu 20 Prozent aller Zuschauerplätze belegt werden. Zur Veranschaulichung: Bei Sportstätten mit einer Gesamtkapazität von bis zu 5.000 Plätzen können jedenfalls bis zu 1.000 Besucherinnen und Besucher eingelassen werden. Bei Sportstätten mit einem Fassungsvermögen von über 5.000 Zuschauerinnen und Zuschauern greift dann die 20-Prozent-Regelung, z.B.: 4.000 Zuschauerinnen und Zuschauer dürfen in einem Stadion mit einer Kapazität von 20.000 auf den Rängen sein.

Was bedeutet es für mich, dass keine Gästetickets verkauft oder anderweitig vergeben werden dürfen?

Die Regelung, dass keine Gästetickets verkauft werden dürfen, zielt in erster Linie auf den Profisport ab (§ 7 Absatz 2 Satz 3). Die Regelung besagt, dass Heimvereine dem jeweiligen Gastverein bzw. dessen Anhängern kein Ticket-Kontingent bzw. keine Tickets zur Verfügung stellen dürfen. Nicht untersagt ist der Verkauf von Tickets am Tag der Sportveranstaltung durch den Heimverein an einzelne Personen, die Fans des Gastvereins sind.

Was ist die Bezugsgröße der 20 Prozent-Regelung?

In Sportstätten mit mehr als 5.000 Zuschauerplätzen dürfen bis zu 20 Prozent aller Zuschauerplätze belegt werden. Dies bedeutet, dass bis zu 20 Prozent der Gesamtkapazität, bestehend aus Sitz- und Stehplätzen, belegt werden dürfen. *De facto belegt werden dürfen aber nur die Sitzplätze.*

Muss ich als Veranstalter vor jeder Sportveranstaltung mit mehr als 500 Zuschauerinnen und Zuschauern einen neuen Antrag auf Zulassung bei der örtlich zuständigen Gesundheitsbehörde stellen?

Nein, es ist grundsätzlich auch möglich, bei der örtlich zuständigen Gesundheitsbehörde **einen Antrag** auf Zulassung **verschiedener ähnlich gelagerter Sportveranstaltungen** einzureichen. So können Sportvereine beispielsweise mit einem Antrag die Zulassung sämtlicher ihrer bereits feststehenden Heimspiele/ Heimwettkämpfe erbitten.

Dürfen Vorstands- und Gremiensitzungen sowie Mitgliederversammlungen stattfinden?

Ja, Vorstands- und Gremiensitzungen sowie auch Mitgliederversammlungen dürfen abgehalten werden (§ 9 Abs. 1). Hierbei ist sicherzustellen, dass die Teilnehmenden, die nicht einem Hausstand angehören, sowohl beim Betreten als auch beim Verlassen und während des Aufenthaltes in den Räumlichkeiten einen Abstand von mindestens 1,5 Metern einhalten.

Was ist mit Sportmaterial und Geräteräumen?

Geräteräume und andere Räume zur Aufbewahrung von Sportmaterial dürfen von Personen unter Einhaltung des Abstandes von 1,5 Metern am besten einzeln betreten werden. Die Hygieneanforderungen müssen aber auch dort eingehalten werden, insbesondere sollte auf die regelmäßige Desinfektion von benutzten Sport – und Trainingsgeräten geachtet werden.

Wer öffnet die Sportanlage?

Die Anlage wird vom jeweiligen Eigentümer bzw. Betreiber geöffnet. Das sind in der Regel Vereine oder Kommunen. Durch die Verordnung gibt es keine Verpflichtung zur Öffnung einer Sportanlage. Darauf kann auch verzichtet werden, beispielsweise wenn der Betrieb personell oder wirtschaftlich nicht möglich ist. Es wird mit der Verordnung nur die Möglichkeit einer Öffnung geschaffen.

Was ist innerhalb der Sportanlage geöffnet?

Sportanlagen können vollständig geöffnet werden. Das heißt, die Umkleiden, Wasch-, Dusch-, Toiletten- und Sanitärräume sowie Gemeinschaftsräume können benutzt und betreten werden. In den Umkleiden, in den Wasch-, Dusch-, Toiletten- und Sanitärräumen muss ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden. Falls das aufgrund der beengten Platzverhältnisse nicht möglich ist, können diese Räumlichkeiten nur einzeln betreten werden.

Für Personen, die bereits zuvor als Gruppe von bis zu 60 Personen gemeinsam Sport getrieben haben bzw. diesen gemeinsam betreiben wollen, sind diese Regeln nicht anzuwenden, da der Aufenthalt in diesen Räumlichkeiten noch als Teil der gemeinsamen Sportausübung anzusehen ist.

Dürfen auf einer Sportanlage Getränke und Essen angeboten werden?

Die Gastronomie auf der Sportanlage darf betrieben werden, wenn die Betreiberin oder der Betreiber der Einrichtung ein Hygienekonzept nach den Vorgaben der Verordnung (§ 4 der Verordnung) erstellt hat und die Einhaltung des Abstandes von mindestens 1,5 Metern zwischen den Gästen gewährleistet. Die Einhaltung der Maskenpflicht bei den Beschäftigten ist sicherzustellen. Die Gäste müssen ihre Kontaktdaten angeben. Es ist zu beachten, dass während Sportveranstaltungen mit mehr als 500 Zuschauerinnen und Zuschauern kein Alkohol ausgeschenkt werden darf; bei Sportveranstaltungen mit bis zu 500 Zuschauerinnen und Zuschauern ist der Verkauf von alkoholischen Getränken gestattet.

Politik & Staat	Land & Leute	Themen	Kinder	Service	Leichte Sprache
Landtag	Das Land	Aktuelle Informationen zum Coronavirus	Sachwissen	Presse	
Ministerpräsident	Die Menschen	Der Niedersächsische Weg	Demokratie und Staat	Gesetze und Verordnungen	
Landesregierung & Ministerien	Die Geschichte	Niedersachsen 2030	Natur und Freizeit	Niedersachsen-Claim	
Staatsgerichtshof	Kultur & Freizeit	Digitales Niedersachsen		Niedersachsen-Zeichen	
Datenschutz				Beflaggungskalender Niedersachsen	
Landesrechnungshof				Sitemap	
Bundesrat				Sponsoring	
Europa & Internationales				Stellenausschreibungen	
Regionale				Kontakt	
Landesentwicklung und EU-Förderung					
Städte & Gemeinden					
Gleichberechtigung					
Gesetze, Verordnungen und sonstige Vorschriften					
Wahlen & Volksabstimmungen					



Niedersachsen Klar.