

# Bundesvereinigung für Taijiquan und Qigong Deutschland e.V. - Das Netzwerk

## Anlage 1

### Einverständniserklärung Teilnehmer\*in

an Übungsangeboten für Taijiquan, Qigong, Meditation  
während der Übergangszeit der Corona Pandemie

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Lehrgang: \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Ich bin über die Empfehlungen des BVTQ zur Wiederaufnahme des Unterrichtsbetriebes während der Corona-Pandemie informiert worden. Mir wurden die Verhaltens- und Hygieneregeln erklärt und ich bin bereit, diese einzuhalten und die entsprechenden Anweisungen der unterrichtenden Personen zu befolgen. Mir ist bekannt, dass auch während des Lehrgangs für mich ein Restrisiko besteht, mich mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 zu infizieren.

Ich habe mit dem\*der Referent\*in über mein persönliches Risiko aufgrund meines Alters und/oder meiner Vorerkrankungen gesprochen. Meine Teilnahme ist freiwillig.

Ich erkläre, dass ich bei Krankheitssymptomen und nach Kontakt mit infizierten Personen – insofern ich davon Kenntnis erlange – nicht Übungsangebot teilnehmen werde. Sollte innerhalb von zwei Wochen nach der Teilnahme eine Infektion oder der Kontakt zu einer infizierten Person festgestellt werden, werde ich die unterrichtende Person darüber informieren.

Ich wurde darüber informiert, dass meine personenbezogenen Daten sowie Information über Krankheitssymptome oder den Kontakt zu infizierten Personen zusätzlich zu der bisherigen Verarbeitung ausschließlich unter strengster Beachtung des Datenschutzes verwendet werden, um den Anforderungen des Infektionsschutzgesetzes sowie etwaiger einschlägiger aktueller Vorschriften Genüge zu tun.

Ich willige in die Teilnahme am Kurs unter den oben genannten Bedingungen ein.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer\*in

# Bundesvereinigung für Taijiquan und Qigong Deutschland e.V. - Das Netzwerk

## Anlage 2

### Infoblatt zum SARS-CoV-2-Virus

#### für Taijiquan und Qigong - Kursleiter\*innen, Lehrer\*innen, Ausbilder\*innen

Quelle und weitergehende Informationen auf:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Steckbrief.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Steckbrief.html)

### 1. Übertragungswege

Tröpfcheninfektion: Die hauptsächliche Übertragung erfolgt über Tröpfchen, die beim Husten und Niesen entstehen und beim Gegenüber über die Schleimhäute der Nase, des Mundes und ggf. des Auges aufgenommen werden

Aerosole: Auch wenn eine abschließende Bewertung zum jetzigen Zeitpunkt nicht möglich erscheint, weisen die bisherigen Untersuchungen insgesamt darauf hin, dass eine Übertragung von SARS-CoV-2 über Aerosole im normalen gesellschaftlichen Umgang nicht wahrscheinlich ist.

Kontaktübertragung: Eine Übertragung durch kontaminierte Oberflächen ist insbesondere in der unmittelbaren Umgebung des Infizierten nicht auszuschließen (7), da vermehrungsfähige SARS-CoV-2-Viren unter bestimmten Umständen in der Umwelt nachgewiesen werden können

Bindehäute des Auges als Eintrittspforte: Kann nicht sicher ausgeschlossen werden.

### 2. Krankheitssymptome

Häufig genannte Symptome/Manifestationen: Husten 51 %, Fieber 42 %, Schnupfen 22 %, Lungenentzündung 2 %

Weitere Symptome: Halsschmerzen, Atemnot, Kopf- und Gliederschmerzen, Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust, Übelkeit, Bauchschmerzen, Erbrechen, Durchfall, Konjunktivitis, Hautausschlag, Lymphknotenschwellung, Apathie, Somnolenz.

### 3. Altersverteilung

< 5 Jahre: 0,8 %; 5–14 Jahre: 2 %; 15–34 Jahre: 24,2 %; 35–59 Jahre: 43,6 %; 60–79 Jahre: 19,4 %;  
≥ 80 Jahre: 9,9 %

### 4. Risikogruppen

(SARS-CoV-2 Steckbrief zur Coronavirus-Krankheit-2019 (COVID-19).

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Steckbrief.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Steckbrief.html). (Stand: 24.4.2020)

Folgenden Personengruppen zeigen ein erhöhtes Risiko für einen schwereren Krankheitsverlauf:

- ältere Personen (mit stetig steigendem Risiko für schweren Verlauf ab etwa 50–60 Jahren; 87 % der in Deutschland an COVID-19 Verstorbenen waren > 70 [Altersmedian: 82 Jahre])
- Raucher (schwache Evidenz)
- stark adipöse Menschen
- Personen mit bestimmten Vorerkrankungen: Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems (z. B. koronare Herzerkrankung und Bluthochdruck), chronische Lungenerkrankungen (z. B. COPD), chronische Lebererkrankungen, Patienten mit Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit), Patienten mit einer Krebserkrankung, Patienten mit geschwächtem Immunsystem (z. B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder durch die regelmäßige Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr beeinflussen und herabsetzen können, wie z. B. Cortison)

### 5. Inkubationszeit

Unter Inkubationszeit ist die Zeit von der Ansteckung bis zum Beginn der Erkrankung zu verstehen. Sie liegt im Mittel (Median) bei 5–6 Tagen (Spannweite 1 bis 14 Tage).

### 6. Dauer der Infektiosität

Bereits 2,5 Tage vor Symptombeginn ist der/die Betroffene infektiös. Das Ende der infektiösen Periode ist momentan nicht sicher anzugeben.

# Bundesvereinigung für Taijiquan und Qigong Deutschland e.V. - Das Netzwerk

## **7. Krankheitsverlauf**

Von symptomlosen Verläufen bis zu schweren Lungenentzündungen mit Lungenversagen und Tod.

## **8. Verbleib des Virus auf Oberflächen**

Prinzipiell gilt, dass die Dauer der Vermehrungsfähigkeit von Viren von vielen Einflussfaktoren abhängt, wie z. B. von der Umgebungstemperatur und der Luftfeuchtigkeit. Zur Inaktivierung sind Flächendesinfektionsmittel mit nachgewiesener Wirksamkeit, mindestens dem Wirkungsbereich „begrenzt viruzid“, geeignet. Desinfektionsmittel mit den Wirkungsbereichen „begrenzt viruzid PLUS“ und „viruzid“ können ebenfalls eingesetzt werden.

Auf Kupfer konnten nach vier und auf Karton nach 24 Stunden keine Viren mehr nachgewiesen werden, während diese auf Edelstahl (bis zu 48 Stunden) und Kunststoff (bis zu 72 Stunden) deutlich länger nachweisbar waren (3). Die untersuchte Viruslast war in diesen Untersuchungen jedoch relativ gering (104). In ähnlichen Untersuchungen mit höheren Virustitern von SARS-CoV-1 blieben die Viren bis zu sechs Tage vermehrungsfähig (73).