

LSB-Handlungsempfehlungen

für den Vereinssport in Thüringen

unter Beachtung von Infektionsschutzregeln

in der Fassung vom 15.09.2020

Hinweis:

Die nachfolgenden Hinweise sind ausschließlich als Empfehlungen zu verstehen.

Die rechtlichen Grundlagen bilden die:

- 1) [Zweite Thüringer Verordnung über grundlegende Infektionsschutzregeln zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 \(Zweite Thüringer SARS-CoV-2-Infektionsschutz-Grundverordnung -2. ThürSARS-CoV-2-IfS-GrundVO-\)](#)
30.08.2020 – 30.09.2020
im Folgenden „**Grundverordnung**“ genannt sowie

- 2) [Thüringer Verordnung über die Infektionsschutzregeln zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 in Kindertageseinrichtungen, der weiteren Jugendhilfe, Schulen und für den Sportbetrieb \(ThürSARS-CoV-2-KiJuSSp-VO\)](#)
31.08.2020 – 14.02.2021
im Folgenden „**Sportverordnung**“ genannt.

Grundsätzliche Regelungen

Infektionsschutzkonzept

- Für Angebote im Vereins- und Verbandssport ist ein schriftliches Infektionsschutzkonzept erforderlich, welches Maßnahmen für alle drei Stufen des Stufenplans enthält. **(Anlage 1)**
- Das Infektionsschutzkonzept sollte an die aktuellen Regelungen in den Thüringer Verordnungen angepasst sein und sich an den allgemeinen Hygieneempfehlungen sowie den Empfehlungen des jeweiligen Sportfachverbandes ([Sportartspezifische Übergangsregelungen der Spitzenverbände](#)) orientieren.
- Alle Nutzungsformen des Vereins - Training, Versammlungen, Wettkämpfe, Aus- und Fortbildung – sind im Infektionsschutzkonzept zu berücksichtigen.
- Das Infektionsschutzkonzept ist auf Verlangen dem zuständigen Gesundheitsamt vorzulegen bzw. bei Sportveranstaltungen mit Zuschauern dem zuständigen Gesundheitsamt zur Genehmigung einzureichen.
- Bei Nutzung einer städtischen/ kommunalen Sportstätte ist die Einhaltung von Infektionsschutzregelungen des Trägers zu gewährleisten.
- Schwimmbäder und Saunen benötigen besondere Hygienemaßnahmen innerhalb des Infektionsschutzkonzeptes, das von der zuständigen Gesundheitsbehörde genehmigt werden muss.

Verantwortliche Person

- Die für die Durchführung des Sportbetriebs verantwortliche Person oder Organisation, insbesondere der Sportverein (Vorsitzende*r, Geschäftsführer*in), hat für die Einhaltung des Infektionsschutzkonzeptes Sorge zu tragen.
- Bei Zuwiderhandlungen können durch die verantwortliche Person Hausverbote ausgesprochen werden.

Kontaktnachverfolgung

- Zur Rückverfolgung möglicher Infektionsketten sind Anwesenheitslisten mit relevanten Kontaktdaten für jegliches Training, alle Sportveranstaltungen, Versammlungen, etc. in geschlossenen Räumen zu führen. **(Anlage 2)**

Meldepflicht

- Ein mit dem Virus SARS-CoV-2 infizierte*r Sportler*in, Trainer*in etc. ist durch die verantwortliche Person dem zuständigen Gesundheitsamt zu melden.
- Die betroffenen Personen sind über die Weitergabe der Daten zu informieren.

Bemessung der Zuschauerzahlen

- Bei der Bemessung der Zuschauerzahlen bleiben die Beschäftigten und sonstigen Mitwirkenden an der Veranstaltung wie Trainer*innen, Betreuer*innen, Schieds- und Kampfrichter*innen sowie weiteres Funktionspersonal außer Betracht. Darunter fallen auch Eltern, insofern sie eine betreuende Funktion im Rahmen der Veranstaltung innehaben.

Regelungen im Stufenplan (Ampelsystem)

Innerhalb der Grund- als auch der Sportverordnung regelt ein Stufenplan in Form eines Ampelsystems (rot-gelb-grün), dass je nach Infektionsgeschehen lokal einschränkende Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus getroffen werden. Die Gesundheitsämter oder das Thüringer Ministerium für Bildung, Jugend und Sport können diese räumlich begrenzten und zeitlich befristeten Gebote und Verbote aussprechen. Eine entsprechende Information darüber erfolgt über die Homepage des Thüringer Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport. Ist nichts Gegenteiliges veröffentlicht, gilt der Regelbetrieb mit primärem Infektionsschutz (Stufe grün).

Stufe grün – Regelbetrieb mit primärem Infektionsschutz
Der organisierte Sportbetrieb ist in und auf allen Sportanlagen sowie unter freiem Himmel außerhalb von Sportanlagen erlaubt.
Ein vereins- und sportartspezifisches Infektionsschutzkonzept muss vorliegen.
Die Infektionsschutzanforderungen des Trägers der Sportstätte sind einzuhalten.
Sportveranstaltungen mit Zuschauern sind nach Genehmigung eines Infektionsschutzkonzeptes durch das Gesundheitsamt zulässig. Auch eine Dauererlaubnis ist möglich.
Stufe gelb – Eingeschränkter Regelbetrieb mit erhöhtem Infektionsschutz
Der Sportbetrieb unter freiem Himmel ist dem in geschlossenen Räumen vorzuziehen.
Es sind vorrangig Übungs- und Wettkampfformen zu wählen, bei denen die Einhaltung von 1,5 Metern möglich ist. Eine Ausnahme besteht für Sportarten oder Disziplinen, die nicht ohne direkten Körperkontakt betrieben werden können.
Eine Durchmischung der Gruppen soll vermieden werden.
Mehrere Gruppen können gleichzeitig die Sportanlage nutzen, sofern es die örtlichen Gegebenheiten zulassen.
Hallensport mit Zuschauern ist verboten. Eine Ausnahme ist für Profisportvereine (Lizenzspielbetrieb 1. – 3. Bundesliga) nach Genehmigung möglich.
Stufe rot – Sportbetrieb bei Schließung von Sportanlagen
Sportanlagen sind geschlossen.
Der vereinsbasierte Sport in und auf allen öffentlichen und nicht öffentlichen Sportanlagen kann in dieser Phase nicht stattfinden. In Ausnahmefällen kann das Gesundheitsamt den Trainingsbetrieb in und auf Sportanlagen für olympische und paralympische Bundeskader und Profisportvereine zulassen, wenn ein geeignetes Infektionsschutzkonzept vorliegt.

In den folgenden Anlagen sind die Regelungen je nach geltender Stufe mit den entsprechenden farblichen Kennzeichnungen hinterlegt. Getroffene Maßnahmen müssen demnach – je nach geltender Stufe – ergänzt bzw. ersetzt werden. Im Infektionsschutzkonzept des Vereins sollten alle drei Stufen mit ihren entsprechenden Maßnahmen enthalten und beschrieben sein.

Anlage 1

Angaben in grauer Schriftfarbe sind als Beispiele und/ oder Orientierungen zu verstehen.
Hier sind ihre vereins-, sportarten- bzw. sportraumspezifischen Angaben erforderlich.

Muster Infektionsschutzkonzept

(§ 5 Abs. 3 der Grundverordnung)

Infektionsschutzkonzept des (Vereinsname)

1. Verantwortliche Person

Name des Vereins:

Anschrift des Vereins:

.....

Ansprechpartner:

2. Angaben zur genutzten Raumgröße in Gebäuden

Folgende Flächengrößen für folgende Räume stehen zur Verfügung:

Sportraum	Flächengröße in m ²	Nutzungszweck	max. Anzahl Nutzer
<i>Athletikraum</i>	<i>104 m²</i>	<i>Krafttraining an Geräten</i>	<i>max. 5</i>
<i>Einfeldhalle</i>	<i>405 m²</i>	<i>Handballtraining</i>	<i>max. 20</i>
<i>Vereinszimmer</i>	<i>45 m²</i>	<i>Vorstandssitzung</i>	<i>max. 15</i>

3. Angaben zur Größe begehbare Grundstücksflächen unter freiem Himmel

Folgende Sporträume unter freiem Himmel stehen zur Verfügung:

Grundstücks- und Sportflächen	Flächengröße in m ²	
<i>Gesamtfläche</i>	<i>10.000 m²</i>	
<i>davon Spielfeld</i>	<i>7.140 m²</i>	
...		

Um den Zu- bzw. Abgang zur Aufnahme bzw. Beendigung des Trainings- und Wettkampbetriebes unter Wahrung des Mindestabstandes für jede Sportgruppe zu gewährleisten, stehen ausreichend Flächen unter freiem Himmel zur Verfügung.

4. Angaben zur raumlufttechnischen Ausstattung

Ausstattung der Sportanlage mit Lüftungs- bzw. Klimaanlage und Fenstern:

Sportraum	Lüftungs- bzw. Klimaanlage	Anzahl u. Anordnung Fenster
Athletikraum		

5. Maßnahmen zur regelmäßigen Be- und Entlüftung

Folgende Maßnahmen zur regelmäßigen Be- und Entlüftung werden getroffen:

Stoß- bzw. Querlüften nach bzw. vor jeder Nutzungsform, Ein- und Ausgangstüren sowie Fenster geöffnet halten

.....

.....

.....

.....

6. Maßnahmen zur weitgehenden Gewährleistung des Mindestabstandes

Folgende Maßnahmen zur weitgehenden Gewährleistung des Mindestabstandes sind getroffen:

Anbringung von Hinweisen, Wegweisern, Bodenmarkierungen, Steuerung des Zu- und Abgangs bspw. über markierte Wegeführungen, Kommunikation der Verhaltens- und Hygieneregeln o.ä.

.....

.....

.....

.....

7. Maßnahmen zur angemessenen Beschränkung des Publikumsverkehrs

Folgende Maßnahmen zur angemessenen Beschränkung des Publikumsverkehrs sind getroffen:

*Sportanlage wird vorrangig von Vereinsverantwortlichen, Trainer*innen, Kampfrichter- / Schiedsrichter*innen sowie Sportler*innen betreten. Begleitpersonen (Eltern) werden gebeten, die Sportanlage nicht zu betreten. Trainer*innen empfangen die Sportler*innen vor der Sportanlage bzw. Eltern holen die Sportler*innen vor der Sportanlage ab. Ausnahme: genehmigte Wettkämpfe, Turniere, Spiele, o.ä. mit Zuschauern*

.....

.....

.....

.....

8. Maßnahmen zur Einhaltung der Infektionsschutzregeln

Folgende weitere Maßnahmen zur Einhaltung der Infektionsschutzregeln (§ 3 Abs. 2, 3 und § 4 Grundverordnung sowie §§ 48, 49 und 50) sind getroffen:

- Die 10 wichtigsten Hygienetipps der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) **(Anlage 4)** sind hinreichend bekannt gemacht, werden eingehalten und umgesetzt.
 - Die für den Sport- und Vereinsbetrieb geltenden Verhaltens- und Hygieneregeln **(Anlage 2)** sind hinreichend bekannt gemacht, werden eingehalten und umgesetzt.
 - Der Ausschluss von Personen mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung sowie von Personen, die innerhalb der vergangenen 14 Tage wissentlich direkten Kontakt zu einer Person hatten, bei der das neuartige Coronavirus nachgewiesen wurde bzw. Reiserückkehrer aus einem Risikogebiet (laut RKI) sind, wird sichergestellt. **(Anlage 5)**
 - Zur Rückverfolgung möglicher Infektionsketten werden Anwesenheitslisten mit relevanten Kontaktdaten für jegliches Training, alle Sportveranstaltungen, Versammlungen, etc. in geschlossenen Räumen geführt und für die Dauer von vier Wochen aufbewahrt. **(Anlage 3)**
 - Ein zeitlich versetzter Training- bzw. Veranstaltungsbeginn (mind. 10 Minuten) für verschiedene Gruppen ist definiert und kommuniziert, um einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen.
 - Zur Nutzung der Sport- und Sanitäranlagen stehen ausreichend Handdesinfektionsmittel, Flächendesinfektionsmittel, Flüssigseife mit Spendern und Papierhandtücher zur Verfügung, genauso wie Einweghandschuhe und Mund-Nasen-Bedeckungen für Erste-Hilfe-Maßnahmen.
 - Soweit möglich werden persönliche Sportgeräte genutzt (Iso-Matte, Kleinsportgeräte). Alle weiteren Sportgeräte werden nach der Nutzung desinfiziert.
- Soweit möglich, wird der Sportbetrieb unter freiem Himmel durchgeführt.
 - Es werden vorrangig Übungs- und Wettkampfformen gewählt, bei denen die Einhaltung von 1,5 Metern möglich ist. Eine Ausnahme beantragen wir für folgende Sportarten bzw. Disziplinen:
 -
 -
 - Es werden feste Trainingsgruppen gebildet, die in ihrer Zusammensetzung Bestand haben.
- Der Sportbetrieb findet nicht statt.

9. Maßnahmen zur Sicherstellung des spezifischen Schutzes von Arbeitnehmern

Zur Sicherstellung des spezifischen Schutzes der Arbeitnehmer*innen im Ergebnis der Gefährdungsbeurteilung nach § 5 Arbeitsschutzgesetzes (in der jeweils geltenden Fassung) sind folgende – zusätzlich zu den bereits beschriebenen – Maßnahmen in der Geschäftsstelle ergriffen:

Desinfektion von stark kontaminierten Flächen, mind. eine desinfizierende Reinigung von Türklinken, Tischflächen in Sanitär- und Sozialräumen als Bestandteil der regelmäßigen Raumreinigung; beim Auftreten von Erkrankungsfällen nach Möglichkeit Personen mit Vorerkrankungen, Schwangeren oder Stillenden, immungeschwächten älteren Arbeitnehmern Mobiles Arbeiten ermöglichen; Einhaltung von Abstandsregeln, ansonsten Mund-Nase-Schutz; Lüftung von Büroräumen nach 60 min und von Besprechungsräumen nach 20 min: 3-10 min Stoßlüften; Nutzung von Dienstfahrzeugen: wenn Fahrer ohne Maske (die ausschlaggebenden Gesichtszüge müssen auszumachen sein), dann Mitfahrer mit FFP-Halbmaske

.....
.....
.....
.....

Muster Verhaltens- und Hygieneregeln:

- Die allgemeinen Hygiene-Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts (RKI) bzw. der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sind einzuhalten.
- Der Mindestabstand von 1,5 Metern wird beim Betreten und Verlassen der Sportanlage sowie bei den Trainings- und Wettkampfinhalten, bei denen es möglich ist, eingehalten.
- Die Verwendung einer Mund-Nase-Bedeckung wird für alle Personen (Trainer*innen, Ehrenamtliche, Beschäftigte, Sportler*innen) in außersportlichen Bereichen, in denen der Mindestabstand von 1,5 Metern nicht eingehalten werden kann, empfohlen.
- Personen mit Symptomen einer COVID-19-Erkrankung dürfen die Sportstätte nicht betreten und nicht am Training, Wettkampf, Versammlungen etc. teilnehmen.
- Personen, die in den beiden Wochen vor einem Training, Wettkampf, Versammlung, etc. Kontakt zu einer mit dem Virus SARS-CoV-2 infizierten Person hatten, dürfen die Sportstätte nicht betreten und nicht am Training/ der Versammlung teilnehmen.
- Personen, die in den beiden Wochen vor einem Training, Wettkampf, Versammlung, etc. aus einem Risikogebiet (laut RKI) zurückkehrten, dürfen die Sportstätte nicht betreten und nicht am Training/ der Versammlung teilnehmen.
- Die Sportanlage wird nur von Vereinsverantwortlichen, Trainer*innen, Kampfrichter-/ Schiedsrichter*innen sowie Sportler*innen betreten. Begleitpersonen sollten nach Möglichkeit vermieden werden. Ausnahme bilden genehmigte Wettkämpfe mit Zuschauern.
- Die Sportartspezifischen Übergangsregeln der Spitzensportverbände werden bei der Planung der Trainingsinhalte bzw. der Wettkampfdisziplinen und -abläufe berücksichtigt und auf die aktuelle Thüringer Rechtslage angepasst.
- Personengruppen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf (Risiko- gruppen) sind besonders zu schützen. Im Hinblick auf den ärztlich verordneten Rehabilitationssport werden die Empfehlungen des Deutschen Behindertensportverbandes berücksichtigt.
- Die Benutzung von Umkleibereichen und Duschen ist unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Metern sowie bei regelmäßiger Reinigung, Desinfektion und Lüftung (erhöhter Rhythmus) möglich.
- Handdesinfektionsmittel wird vor dem Betreten und Verlassen der Sportstätte bereitgestellt und ist durch jede Person zu verwenden.
- Soweit möglich, sollte mit persönlichen Sportgeräten trainiert werden (Iso-Matte, Kleinsportgeräte). Alle weiteren Sportgeräte sind nach der Nutzung gründlich zu desinfizieren.
- Es sind nur personalisierte Getränkeflaschen und Handtücher zu benutzen, die die Sportler*innen selbst zum Training mitbringen und wieder mitnehmen.
- Bei Zuwiderhandlungen können durch die verantwortliche Person Hausverbote ausgesprochen werden.

- Soweit dies möglich ist, werden das Training bzw. der Wettkampf oder Teile davon nach draußen verlagert.
- Es werden vorrangig Übungs- und Wettkampfformen gewählt, bei denen die Einhaltung von 1,5 Metern möglich ist. Eine Ausnahme besteht für folgende Sportarten bzw. Disziplinen:
.....
- Das Training findet in festen Trainingsgruppen statt.

- Der Sportbetrieb findet nicht statt.

Die Verhaltens- und Hygieneregeln habe ich zur Kenntnis genommen.

Name, Vorname:

Ort/ Datum:

Unterschrift:

Muster Anwesenheitsliste Teilnehmer*innen

..... (Vereinsname)

Art der Zusammenkunft: _____ Datum: _____

Verantwortliche*r: _____ Ort: _____

Sonstige Anwesende: _____ Beginn und Ende: _____

Name	Vorname	Telefonnummer oder Wohnanschrift

Unterschrift Verantwortliche*r

Bei der Erfassung der Kontaktdaten von Zuschauern empfiehlt sich, diese Registrierung digital vorzunehmen. Entsprechende Angebote, bspw. für die Verwendung mit Smartphones, finden sich in den gängigen App-Stores. Bitte beachten sie dabei die geltenden Datenschutzregelungen.



Infektionen vorbeugen:

Die 10 wichtigsten Hygienetipps

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

1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ 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.



3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase.

6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.



7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.

Muster Corona-Risiko-Fragebogen

..... (Vereinsname)

Name, Vorname:

Adresse:

.....

Datum:

Sehr geehrte Mitglieder,
der nachfolgende Fragenkatalog soll dabei helfen, eine Kontaktrisiko- und Symptom-Einschätzung zu erhalten. Sollte eine der Fragen mit „Ja“ beantwortet werden, haben Sie bitte Verständnis, dass eine Teilnahme am Sportbetrieb (Trainings, Wettkampf, Vereinsveranstaltungen, etc.) nicht möglich ist.

- Hatten Sie innerhalb der vergangenen 14 Tage wissentlich direkten Kontakt zu einer Person, bei der das neuartige Coronavirus nachgewiesen wurde?
 Ja Nein

- Waren Sie innerhalb der vergangenen 14 Tage in einem Risikogebiet nach der Veröffentlichung des Robert-Koch-Instituts?
 Ja Nein

- Haben Sie derzeit bzw. hatten Sie in den vergangenen 14 Tagen Symptome einer Covid-19-Erkrankung, insbesondere akuter Verlust des Geschmacks- oder Geruchssinns, Atemnot oder Fieber im Zusammenhang mit neu aufgetretenem Husten?
 Ja Nein

Ort/ Datum:

Unterschrift:

Muster Datenschutzinformation

(Bezeichnungen von Artikeln sind solche der Datenschutzgrundverordnung DS-GVO.)

Im Rahmen des Infektionsschutzkonzeptes erheben und verarbeiten wir personenbezogene Daten.

Die Erhebung dieser personenbezogenen Daten erfolgt gem. Art. 6 Abs. 1 (b) bzw. (f) zur Einhaltung 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).

Wir führen Teilnehmerlisten mit Name, Vorname, Telefonnummer; ggf. Wohnanschrift, Beginn und Ende des Aufenthaltes. Diese werden nach vier Wochen gelöscht.

Wir erheben Daten zur Kontaktrisiko- und Symptom-Einschätzung mit Name, Vorname, Wohnanschrift. Diese werden nach vier Wochen gelöscht. *(falls erforderlich, wenn abgefragt)*

Soweit von dort angefordert, werden Daten an das zuständige Gesundheitsamt zu den beschriebenen Zwecken weitergeleitet.

Datenschutzrechtliche Verantwortlichkeit:

..... *(Verein)*

..... *(Adresse)*

..... *(Telefonnummer)*

Datenschutzbeauftragte*r:

..... *(Name)*

..... *(Telefonnummer/ E-Mail)*

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.