

Hygienekonzept zur Durchführung des Bergseetriathlon/Bergseequadrathlon in Ratscher am 05.09.2020 und 06.09.2020

Triathlon/Quadrathlon allgemein

Es handelt sich hierbei um Individualsportarten par excellence, welche unter freiem Himmel stattfinden. Die Sportler sind Individualisten, die in einem Wettkampf in erster Linie gegen sich selbst und die Uhr kämpfen. Das entspricht dem originären Charakter der Sportarten, das Windschattenfahrverbot in den Wettkampfordnungen ist hierfür das beste Beispiel.

Aus diesem Grund erscheint es uns – unter Mehraufwand – möglich, die anstehenden Wettkämpfe derart zu organisieren, dass jeder Sportler den Wettkampf weitgehend für sich austrägt und dabei die notwendigen Abstands- und Hygieneregeln einhält.

Wettkämpfe austragen zu können ist für unsere Sportler ein elementarer Bestandteil: weniger, um sich mit anderen messen zu können, sondern vielmehr um eine Infrastruktur zu erhalten, die es zulässt, alle Sportarten hintereinander in einem gesicherten Rahmen zu absolvieren und dabei seine persönliche Leistung abrufen zu können. Dabei ist das Gefühl am Ende des Wettkampfes die Ziellinie zu überqueren, das Kernelement der Sportarten im Breiten- und Amateursport. Durchhalten und standhaft bleiben ist der Leitgedanke, um den Wettkampf mit sich selbst erfolgreich abzuschließen, ein wichtiges Gut, gerade in diesen Zeiten.

Die Sportart Triathlon kombiniert die drei Disziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen. Beim Quadrathlon fügt sich nach dem Radfahren noch das Kajakfahren ein. Diese werden in unterschiedlichen Längen hintereinander absolviert.

Bei den verschiedenen Wettkämpfen, welche Sie der Wettkampfausschreibung auf der Homepage (www.triathlonclub-suhl.de) entnehmen können, gehen zwischen 10 und 120 Athleten an den Start

Ziel der Maßnahmen

Das Ziel der ausgearbeiteten Maßnahmen ist es, die im Rahmen der Eindämmung der Virusinfektion erlassenen Vorschriften einzuhalten und den Schutz aller Beteiligten zu gewährleisten. Des Weiteren soll die hygienische Situation bei Sportveranstaltungen dieser Art verbessert und somit das Infektionsrisiko reduziert werden.

Triathlon/Quadrathlon bei Kontaktbeschränkungen

Die Sportarten sind Einzelsportarten und zählen nicht zu den Mannschaftssportarten. Dies berücksichtigt auch die jeweilige Sportordnung, wie zum Beispiel das Sanktionieren beim Nicht-Einhalten des Windschattenfahrverbots (Unterschreitung des Abstands zum Vordermann von 12m auf dem Fahrrad) oder bei der Annahme von Hilfe durch eine andere Person von außen. Durch die Regelungen der Sportordnungen wird auch erreicht, dass sich die Teilnehmer während des Wettkampfes über die Wettkampfstrecken verteilen. Die

Sportordnung lässt auch Spielraum, die Teilnehmerzahlen zu begrenzen und bei den Streckenlängen zu variieren, wenn es aktuelle Situationen erfordern.

Die Wettkämpfe finden wie folgt statt:

05.09.

10.30 Uhr Olympischer Triathlon (begrenzt auf 120 Teilnehmer) 20 Sportler*innen starten gemeinsam unter Einhaltung des Mindestabstandes

15.00 Uhr Quadrathlon (begrenzt auf 50 Teilnehmer)

06.09.

10.00 Uhr Jedermann Triathlon + Jugend A + Junioren (begrenzt auf 120 Teilnehmer)

12.30 Uhr Schüler A + Jugend B (begrenzt auf 40 Teilnehmer)

13.45 Uhr Schüler B (begrenzt auf 30 Teilnehmer)

14.30 Uhr Schüler C (begrenzt auf 30 Teilnehmer)

14.50 Uhr Schüler D (begrenzt auf 15 Teilnehmer)

Der Check-In findet wie unter dem Punkt Wechselzone erläutert statt.

Allgemeine Maßnahmen für die Veranstaltung

1. Schutzmaßnahmen

Für die Helfer und das Organisationsteam wird das Tragen von Mund-Nasen-Bedeckung zur Pflicht, wenn der Kontakt zu Teilnehmern und Zuschauern nicht zu vermeiden ist. Des Weiteren wird den Teilnehmern und Zuschauern empfohlen auf dem Wettkampfgelände, insbesondere bei der Startunterlagenausgabe, dem Check-In, im Vorstartbereich und in den Sanitäranlagen ebenfalls Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen. Ein Behältnis zum Entsorgen von Einmalmasken wird im Vorstartbereich bereitgestellt.

In Bereichen, wo es zu einem geringeren Abstand kommen kann, werden Plexiglaswände aufgestellt. Hierzu zählt zum Beispiel die Startunterlagenausgabe.

Im Bereich der Startunterlagenausgabe und vor dem Check-In kann es vereinzelt zu Wartezeiten mit Schlangenbildung kommen, hier wird durch Markierungen auf dem Boden der Abstand von 1,5 m kenntlich gemacht.

2. Eskalationsstufen

Bei Verstößen gegen die Infektionsschutzmaßnahmen handeln die Helfer und Ordner in folgenden vorgegebenen Stufen:

I. die Personen werden freundlich ermahnt und auf den Verstoß hingewiesen

II. bei Nichtabstellen des Verstoßes erfolgt eine nachdrückliche Ermahnung mit Androhung des Ausschlusses von der Veranstaltung der Person oder Personengruppe

III. Ausschluss des/der Störer von der Veranstaltung

IV. Ausübung des Hausrechts und Aussprechen eines Platzverweises mit Androhung des Abbruchs der Veranstaltung

V. Abbruch der Veranstaltung bei nicht durchsetzbarem Abstellen der Störung

3. Zuschauer

Da es sich beim Bergsee Triathlon Ratscher traditionell um eine regionale Veranstaltung mit etwa 200-300 Teilnehmern handelt, kann unter Berücksichtigung der Erfahrungswerte aus den vergangenen 3 Jahrzehnten von maximal 100 Zuschauern und Schaulustigen ausgegangen werden.

Wir haben unsere Teilnehmer bereits über unsere Homepage und Facebook-Seite darüber informiert, dass sie im besten Fall alleine bzw. bei den Kindern und Jugendlichen mit maximal einer Begleitperson anreisen sollen. Alle Personen, die Zugang zum Wettkampfgelände erhalten, werden mit einem Eintrittsbändchen „markiert“. Hierdurch wird sicher gestellt, dass keine fremden Personen in Kontakt mit den Sportlern kommen.

4. Desinfektion

An Stellen auf dem Wettkampfgelände mit erhöhter Personenfrequenz werden Ständer mit Handdesinfektion aufgestellt. Diese Bereiche sind zum Beispiel die Startunterlagenausgabe und der Check-In-Bereich.

5. Informationen an Teilnehmer

Auf dem Wettkampfgelände werden die Informationen über Hygiene- und Kontaktvorschriften durch Plakate vermittelt. Zusätzlich werden in regelmäßigen Abständen über den Moderator Durchsagen zu den Hygiene- und Kontaktvorschriften gemacht. Die Informationen über Hygiene- und Kontaktvorschriften werden im Vorfeld auf der Internetseite veröffentlicht.

6. Öffentliche Bereiche

Eine Wettkampfbesprechung mit den Teilnehmern vor dem jeweiligen Start des Rennens findet nicht statt. Den Teilnehmern stehen die genauen Streckenpläne auf der Homepage zur Verfügung. Aktuelle Informationen werden über Durchsagen bekanntgegeben.

Bereich Startunterlagenausgabe

1. Die Startunterlagenausgabe erfolgt in einem bereit gestellten Linienbus der SNG. Hierbei sitzt das Organisationsteam im Bus, direkt am Ausstieg. Hinter einem Tisch sitzen 2 Helfer, die die Startunterlagen an die Teilnehmer übergeben.

2. Es wird zum gegenseitigen Schutz der Helfer und Teilnehmer eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen und eine Plexiglasscheibe auf dem Tisch installiert.

3. Die Teilnehmer werden unter Einhaltung des Mindestabstandes einzeln zum Tisch geleitet. Die Abstände werden vor dem Bus auf dem Boden markiert.

4. Die Teilnahme ist nur mit einer Selbsterklärung zum Gesundheitszustand gestattet, welche von jedem Teilnehmer bei Abholung der Startunterlagen zu unterschreiben ist.

5. Nachmeldungen vor Ort sind nicht möglich.

6. Von Vorangemeldeten Teilnehmern liegen uns alle Kontaktdaten bereits per E-Mail vor.

Bereich Wechselzone

1. Es wird für den Check-In (der Zeitraum, in dem die Teilnehmer ihre Fahrräder in die Wechselzone bringen) genügend Platz vorgehalten.

2. Um die Anzahl an Teilnehmern beim Check-In zu reduzieren, erfolgt das Einchecken der Räder nach Startnummernblöcken. Ein Check-in zur vorgegebenen Zeit ist zwingend ein zu halten.

Der Check-In erfolgt am 05.09. ab 8:15 Uhr im Rhythmus von 15 Minuten für je 20 Starter, sodass der Check-In für den ersten Wettkampf um 9:45 Uhr abgeschlossen ist. Für den 2. Wettkampf erfolgt der Check-In ab 14:30 Uhr ebenfalls im Rhythmus von 15 Minuten und ist 15:15 Uhr abgeschlossen.

Am 06.09. erfolgt der Check-In für den Wettkampf Jedermann, Junioren und Jugend A ab 8:15 Uhr alle 15 Minuten wieder für je 20 Starter und ist 9:45 Uhr abgeschlossen. Für die Starter der Jugend B und Schüler A erfolgt der Check-In um 12:45 Uhr für 22 Starter und 13:00 Uhr für 23 Starter. Für alle nachfolgenden Wettkämpfe der Schüler erfolgt ein gemeinsamer Check-In in Gruppen á 25 Kindern um 14:50 Uhr und 15:05 Uhr.

3. Die Markierungen für die Räder auf den Radständern sind so angebracht, dass der Mindestabstand zwischen den Rädern eingehalten wird. Die Wechselzone befindet sich auf einer Fläche von 400 m². Die Radständer sind auf einer Länge von 90 m angeordnet.

Rad	Rad	Rad	Rad	Rad	Rad
1,5m	1,5m	1,5m	1,5m	1,5m	1,5m
<hr/>					
	1,5m	1,5m	1,5m	1,5m	1,5m
Rad	Rad	Rad	Rad	Rad	Rad

Zwischen den Fahrrädern sind je Seite 1,5 Meter Abstand und auf der gegenüberliegenden Seite befindet sich mittig ein neuer Radständer. Die Anzahl der Räder in der Wechselzone richtet sich nach der Anzahl der Starter im jeweiligen Wettkampf. Der Einlass in die Wechselzone wird durch die Kampfrichter des Thüringer Triathlonverbandes und einen Ordner des Vereins überwacht. Die Zeiten für den Check-In richten sich nach der vergebenen Startnummer. Diese werden den Teilnehmern bei Übergabe der Startunterlagen bekannt gegeben. Es wird in Gruppen von 20 Personen gestartet und in den gleichen Gruppen erfolgt der Check-In. Die Wechselzone wird im Einbahnstraßenprinzip durchlaufen. Der abschließende Check-Out wird ebenfalls in Gruppen á 20 Personen erfolgen und immer durch Ordner überwacht.

4. Die Plätze in der Wechselzone sind fest vergeben, um Infektionsketten nachvollziehen zu können.

5. Nach den einzelnen Wettkämpfen holen die Teilnehmer ihre Räder wieder aus der Wechselzone (Check-Out). Dieser erfolgt nach vorgegebener Einteilung in Blöcke.

Bereich Schwimmen

1. Beim Schwimmen wird der sogenannte Wellenstart (alle 5 Minuten 20 Athleten aus getrennten Startkanälen) von Land aus angewandt. Für den Schwimmstart steht eine Uferbreite von ca. 50 Metern zur Verfügung. Dadurch ist es in jedem Fall möglich, die Startkanäle á 1,5 Meter zu errichten. Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, eine Badekappe zu tragen. Somit können auch die im Wasser befindlichen Helfer (auf Booten) die Abstände überwachen und die Sportler ermahnen, falls ein Verstoß vorliegt. Die Bojen im Wasser sind so gelegt, dass keine 180 Grad Wenden geschwommen werden und es dadurch auch hier immer ausreichend Platz gibt. Die Schwimmer kommen sich daher nicht in den Weg. Am Ufer stehen nochmal ca. 150 m² Fläche für die Sportler der danach startenden Wellen zur Verfügung. Es wird durch Helfer sicher gestellt, dass sich in diesem Bereich immer nur die jeweils startenden Sportler und die direkt nachfolgenden befinden. Dadurch wird eine Entzerrung des Teilnehmerfeldes gleich zu Beginn des Rennens vorgenommen, da die Leistung der Athleten sehr unterschiedlich ist und hier nicht mit gleichen Geschwindigkeiten aller Teilnehmer zu rechnen ist.

2. Der Streckenverlauf ist mit Bojen markiert und wird dadurch flüssiger gestaltet. Ein eventuelles Gedränge an Wendebojen soll damit vermieden werden.

Bereich Radstrecke

1. Auf der Radstrecke ist ein Windschattenfahrverbot (Abstand zum vorausfahrenden Athleten von 12 m) für die Teilnehmer Pflicht. Ergänzend ist beim Überholen ein Abstand von 2m einzuhalten. Dies wird von Kampfrichtern, welche sich auf Motorrädern über die Strecke bewegen, überwacht. Motorradfahrer und Kampfrichter sind über Helme mit Visier geschützt.

2. Die Strecke ist eine ausreichend breite Wendepunktstrecke (siehe Streckenplan auf der Homepage), welche voll gesperrt ist für den Autoverkehr.

Bereich Kajak

1. Die Teilnehmer kommen einzeln am Ufer bei ihren bereit liegenden Kajaks an und nehmen sich diese um die Kajakstrecke zu absolvieren. Es wird einen Bereich für den Einstieg und einen für den Ausstieg geben, welcher durch Ordner überwacht wird, so dass sich Sportler nicht begegnen können.

Bereich Laufstrecke

1. Auf der Laufstrecke wird ebenfalls eine Abstandsregelung eingeführt. Die Laufstrecke ist eine Einbahnstraße. Dies wird mit aufgesprühten Pfeilen auf dem Boden und Plastikkegeln markiert.

2. Für die Rundenkontrolle ist jeder Teilnehmer selbst verantwortlich, wobei am Wendepunkt ein Helfer die Startnummern zur besseren Kontrolle notiert.

3. Das Angebot an der Verpflegungsstelle auf der Laufstrecke ist auf die Ausgabe von Wasser in verschlossenen Flaschen reduziert. Hier wird ein Tisch mit einer Länge von 2 Metern aufgestellt. Auf diesem befinden sich geschlossene Wasserflaschen. Die Sportler greifen sich hier im Vorbeilaufen eine Flasche und behalten diese bei sich. Es wird nach dem Verpflegungspunkt einen markierten Punkt geben, an welchem die Flaschen abgeworfen werden können. Auch hier wird sich ein Ordner aufhalten, welcher die Einhaltung der Abstände überwacht. Die Laufstrecke wird für Zuschauer gesperrt, was durch Ordner sichergestellt wird.

Bereich Ziel

1. Helfer im Ziel fordern die Teilnehmer auf, den Zielbereich schnellst möglich zu verlassen und in den Nachzielbereich zu gehen. Medaillen werden nicht verteilt, sondern liegen zur selbstständigen Mitnahme bereit. (gilt nur für die Wettkämpfe im Schülerbereich, bei allen anderen Wettkämpfen gibt es keine Medaillen)

2. Der Zielbereich ist 300 m² groß. Im Zielbereich werden Tische aufgestellt, welche die Sportler durch eine Gasse führen. Auf diesen Tischen wird sich die Zielverpflegung für jeden Teilnehmer in einem Beutel befinden. Hinter den Tischen werden auch hier Ordner die Abstände überwachen.

3. Die Ergebnisse werden nur online bereitgestellt.

Siegerehrung

1. Die Siegerehrung findet kontaktlos im Nachzielbereich auf. Hierbei werden die Sportler einzeln aufgerufen und können sich an einem bereitgestellten Tisch ihre Urkunde und das Siegesgeschenk abholen. Erst danach werden der 2.- und 3. Platzierte auch jeweils einzeln aufgerufen. Auf Sieger- und Zielinterviews wird verzichtet.

Personal

1. Die Namen der Helfer werden erfasst, um so eine bessere Nachvollziehbarkeit zu gewährleisten. Außerdem wird darauf geachtet, dass diese, soweit möglich an beiden Tagen an den gleichen Stellen eingesetzt werden.

2. Alle Helfer werden über die geltenden Infektionsschutzregeln informiert und müssen eine Erklärung (siehe Anhang) zur Einhaltung dieser unterschreiben.

3. Die Helfer werden in ihre besonderen Aufgaben eingewiesen und ihnen wird erklärt, wie sie die Teilnehmer bei Verstößen gegen das Infektionsschutzkonzept ermahnen müssen. Diese Unterweisung ist von jedem Helfer vor Antritt seiner Aufgabe zu quittieren.

Sanitäre Anlagen

1. Auf dem Wettkampfgelände befindet sich eine nicht mehr in Betrieb befindliche Gaststätte. Diese wird vom Betreiber des Bergsee Ratscher zur Verfügung gestellt, damit die

dortigen Toiletten von den Sportlern genutzt werden können. Hier befinden sich 6 Toiletten. Zusätzlich befinden sich auf dem Gelände noch 16 weitere Toiletten.

2. Außerdem befindet sich im eingezäunten Bereich ein Duschcontainer, der ebenfalls nur von den Sportlern genutzt wird.

3. Die regelmäßige Reinigung und Desinfektion dieser Anlagen wird durch Personal des Bergsee Ratscher sicher gestellt. Hierzu befindet sich im Anhang der Reinigungs- und Desinfektionsplan der Bergsee Ratscher GmbH

Zusätzliche Bestimmungen

zusätzlich gelten die Hygienebestimmungen des Bergsee Ratscher

Ergänzung Hygieneschutzkonzept bezüglich der Startzeiten

Änderung der Startzeiten zur besseren Entzerrung des Check-In und Check-Out

05.09.2020

Olympischer Triathlon

Der Check-In erfolgt am 05.09. ab 8:15 Uhr im Rhythmus von 15 Minuten für je 20 Starter, sodass der Check-In für den ersten Wettkampf um 9:45 Uhr abgeschlossen ist.

Start 10:00 Uhr, dann folgen die nächsten Wellen 10:05 Uhr, 10:10 Uhr, 10:15 Uhr, 10:20 Uhr und 10:25 Uhr

Die Zielzeiten der letzten Jahre liegen zwischen 2:15 h und 3:30 h, somit ist mit dem letzten Zieleinlauf ca. 13:55 Uhr zu rechnen. Danach erfolgt der Check-Out, welcher bis ca. 14:30 Uhr abgeschlossen ist.

Quadrathlon

Der Check-In erfolgt ab 14:30 Uhr ebenfalls im Rhythmus von 15 Minuten und ist 15:15 Uhr abgeschlossen.

Start 15:30 Uhr, dann die nächsten Wellen um 15:35 Uhr und 15:40

Die Zielzeiten der letzten Jahre liegen zwischen 1:30 h und 2:15 h, somit ist mit dem letzten Zieleinlauf ca. 17:55 Uhr zu rechnen.

06.09.2020

Jedermann, Junioren und Jugend A

Der Check-In für den Wettkampf Jedermann, Junioren und Jugend A beginnt ab 8:15 Uhr alle 15 Minuten wieder für je 20 Starter und ist 9:45 Uhr abgeschlossen.

Start 10:00 Uhr, dann folgen die nächsten Wellen 10:05 Uhr, 10:10 Uhr, 10:15 Uhr, 10:20 Uhr und 10:25 Uhr

Die Zielzeiten der letzten Jahre liegen zwischen 1:00 h und 1:50 h, somit ist mit dem letzten Zieleinlauf ca. 12:15 Uhr zu rechnen. Danach erfolgt der Check-Out, welcher bis ca. 12:45 Uhr abgeschlossen ist.

Jugend B und Schüler A

Für die Starter der Jugend B und Schüler A erfolgt der Check-In um 12:45 Uhr für 22 Starter und 13:00 Uhr für 23 Starter.

Start 13:30 Uhr, dann folgen die nächsten Wellen 13:35 Uhr und 13:40 Uhr

Die Zielzeiten der letzten Jahre liegen zwischen 30 min und 50 min, somit ist mit dem letzten Zieleinlauf ca. 14:40 zu rechnen. Danach erfolgt der Check-Out, welcher bis 14:50 Uhr abgeschlossen ist.

Schüler B

Für alle nachfolgenden Wettkämpfe der Schüler erfolgt ein gemeinsamer Check-In in Gruppen á 25 Kindern um 14:50 Uhr und 15:05 Uhr.

Start 15:10 Uhr, hier ist nur ein Start nötig da es nur 20 Starter gibt

Die Zielzeiten der letzten Jahre liegen zwischen 18 min und 30 min, somit ist mit dem letzten Zieleinlauf 15:40 Uhr zu rechnen. Der Check-Out erfolgt nach dem letzten Zieleinlauf der Schüler D.

Schüler C

Start 15:45 Uhr, die nächste Welle startet um 15:47 Uhr (die Schwimmzeiten liegen hier zwischen 2 min und 4 min)

Die Zielzeiten liegen zwischen 12 min und 18 min, daher ist der letzte Zieleinlauf 16:05 Uhr. Der Check-Out erfolgt nach dem letzten Zieleinlauf der Schüler D.

Schüler D

Start 16:10 Uhr, hier ist nur ein Start nötig da es nur 4 Starter gibt

Die Zielzeiten der letzten Jahre liegen zwischen 8 min und 12 min, somit ist mit dem letzten Zieleinlauf 16:25 Uhr zu rechnen. Nun erfolgt der Check-Out analog der Check-In Gruppen.

Erklärung zur Einhaltung der Infektionsschutzregeln

Ich erkläre,

- dass ich, wenn ich Symptome bei mir bemerke, die auf SARS-CoV-2 (COVID-19) Erkrankung und weitere Erkältungssymptome hindeuten könnten nicht als Helfer zur Durchführung des Bergseetriathlons Ratscher erscheine.
- dass ich, wenn ich in den beiden Wochen vorher Kontakt zu einer mit dem Virus SARS-CoV-2 (COVID-19) infizierten Person oder Reiserückkehrern hatte die Veranstaltung nicht aufsuche.
- dass ich, wenn ich zu einer Personengruppe mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf gehöre, den Verein darüber informiere, mich über die für besonderen Schutzmaßnahmen des Hygienekonzeptes für Risikogruppen informiere und in eigener Verantwortung entscheide, ob ich an der Veranstaltung unter den vom Verein aufgestellten Bedingungen teilnehmen möchte oder nicht.

Datum, Unterschrift:

Datenschutz (Bezeichnungen von Artikeln sind solche der DS-GVO)

Die Erhebung dieser personenbezogenen Daten erfolgt gem. Art. 6 Abs. 1 (b) bzw. (f) zur Einhaltung bundes- und landesweiter Regelungen zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus. Soweit davon Gesundheitsdaten betroffen sind, erfolgt eine Verarbeitung im öffentlichen Interesse im Bereich Gesundheit gem. Art. 9 Abs. 2 (i). Wir führen Teilnehmerlisten mit Name, Vorname und Telefonnummer. Diese werden nach 4 Wochen gelöscht. Soweit von dort angefordert, werden Daten an das zuständige Gesundheitsamt zu den beschriebenen Zwecken weitergeleitet.

Datenschutzrechtliche Verantwortlichkeit: Triathlonclub Suhl e. V., Zellaer Str. 28, 98528 Suhl, Tel.-Nr. 03681/453542

Datenschutzbeauftragter: Vereinsvorsitzender Sebastian Diez, Tel.-Nr. 0175/4035957, E-Mail: sebastiandiez36@gmail.com

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