



## Hygienekonzept HSV Apolda 1990 e.V.

Der Trainingsbetrieb und Spielbetrieb in unseren Verein soll für die aktiven Wettkampfmannschaften gewährleistet werden. Grundlage hierfür bilden die Thüringer Verordnung zur Regelung infektionsschutzrechtlicher Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus SARS-CoV-2 sowie der Corona-Eindämmungserlass vom 23.08.2021, Zudem kommt das Konzept den Anforderungen der Thür-SARS\_CoV-2IfS-Grund-VO, der Thür-SARS-CoV-2-KISSPVO und der ThürSARS-CoV-2-KiJUSSp-VO nach.

Die verantwortlichen Personen innerhalb des Vereins für die Einhaltung der Bestimmungen sind:  
Präsident Patrick Schatz sowie Vizepräsident und Hygienebeauftragter Roland Kössel.

Die verantwortlichen Personen innerhalb der Trainingsgruppen sind eingeteilte Trainer und Übungsleiter, welche der **Anlage 3** zu entnehmen sind.

### Allgemeine Hygienemaßnahmen

1. Die folgende Hygieneausrüstung liegt im ausreichenden Umfang vor
  - Handdesinfektionsmittel
  - Mund-/Nasen- Schutz (bis zum 16. Lebensjahr)
  - Qualifizierte Gesichtsmaske (ab dem 16. Lebensjahr)
  - Einmalhandschuhe
2. Sämtliche Hygienemaßnahmen und Regelungen sind den Trainingsteilnehmern bekannt (Verhaltens- und Hygieneregeln) - **Anlage 2**
3. Anwesenheitslisten für die Trainingseinheiten werden gebildet, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können - **Anlage 1**

Die Listen werden den Vorstand für eine 4-wöchige Aufbewahrung zugesandt. Danach werden diese entsprechend vernichtet. Dadurch können etwaige Infektionsketten nachvollzogen werden.

### Nutzung der Sportstätte

1. Die Einhaltung der entsprechenden Richtlinien des Trägers ist gewährleisten.
2. Handdesinfektionsmittel wird vor dem Betreten und Verlassen der Sportstätte bereitgestellt.
3. Der Verein gewährleistet, dass der Zutritt zur Sportstätte
  - nacheinander,
  - ohne Warteschlangen,
  - unter Einhaltung des Mindestabstandes von 2 Metern erfolgt.
4. Umkleide- und Sanitäreinrichtungen werden durch die Teilnehmer genutzt.
5. Die Feldgröße der Halle ist abgesehen von den nutzbaren Seitenflächen 20 x 40 Meter.
6. Die Halle verfügt über eine Belüftungsanlage, welche durch den Betreiber ABG geregelt wird.





7. Die Halle wird mittels Stoßlüftung in Absprache mit dem Halleneigner über die Notausgangstür (Ausgang von der Halle links - Richtung Notausgang), über die Türen zum Foyer bzw. zum Seiteneingang und über mind. einen der Notausgangstüren oben auf der Tribüne gelüftet.

## Trainingsbetrieb

Generell gelten für alle Sportangebote des Vereines bzgl. ihrer Durchführbarkeit die Regeln zum Infektionsschutz.

Sportspezifische Vorgaben, hier die DOSB-Handball, werden für die Aufnahme des Trainingsbetriebes herangezogen.

1. Die Übungsleiter wurde in die Hygienebestimmungen des Vereins eingewiesen und haben deren Kenntnis schriftlich bestätigt.
2. Die notwendigen Materialien zur Einhaltung der Hygienevorschriften stehen dem Übungsleiter zur Verfügung
3. Die Gruppengrößen werden gemäß den geltenden Vorgaben verkleinert und orientieren sich an den geltenden Richtlinien.
4. Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies vor Beginn der Trainingseinheit bestätigen:
  - a. Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
  - b. Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer an Covid-19 infizierten Person.
  - c. Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten.
  - d. Im Falle das das Vorliegen eines negativen Ergebnisses einer Testung zur Teilnahme verpflichtend ist, so muss ein Negativ-Ergebnisse eines Selbsttestes, unter Aufsicht; eines PCR-Test-Ergebnis, nicht älter auch 48 Stunden oder ein Antigenschnelltest, nicht älter als 24 Stunden vorgelegt werden.
  - e. Geimpfte Personen und genesene Personen nach Covid-19-Schutzmaßnahmen-Ausnahmeverordnung vom 08.05.2021 (BAnz AT 08.05.2021 V1) haben entsprechende Nachweise zu führen.
5. Zwischen den Sporteinheiten wird eine Pause von mindestens 15 Minuten vorgesehen, um Hygienemaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen.
6. Übungsleiter und Teilnehmende reisen individuell zur Trainingseinheit an.
7. Übungsleiter führt nach Trainingsgruppen differenzierte Anwesenheitslisten mit den entsprechenden Kontaktdaten (Adresse, Telefonnummer) oder verwendet etwaige zugelassene virtuelle Kontaktnachverfolgungs-Online-Anwendung (bspw. Luca-App oder Spielerplus-App), sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können. - **Anlage 1 (Anwesenheitsliste)**
8. Übungsleiter desinfizieren vor und nach der Nutzung sämtliche bereitgestellten Sportgeräte. Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.
9. Wenn Teilnehmende eigene Materialien und Geräte mitbringen, sind diese selbst für die Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt. Je nach der Trainingsmodalität (Wechsel zwischen Lauf-, Kraft- oder auch Koordination- und Balleinheiten) erfolgen weiteren Desinfektionen.
10. Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet.





11. Übungsleiter weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit individuelle Trainings- und Pausenflächen zu. Diese sind gemäß den geltenden Vorgaben zur Abstandswahrung markiert (z. B. mit Hütchen, Kreisen, Stangen usw.). Ein Verletzungsrisiko ist zu minimieren.
12. Im Falle eines Unfalls/Verletzung müssen sowohl Ersthelfer als auch der Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz / qualifizierte Gesichtsmaske tragen. Im Falle einer Wiederbelebung wird der Mund der wiederzubelebenden Person mit einem Tuch bedeckt, die Herzdruck-Massage durchgeführt und ggf. auf die Beatmung verzichtet.
13. Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporeinheit.
14. Eine Händedesinfektion der Teilnehmer findet sowohl vor als auch nach dem Training statt.

## Weitere Regelungen für die Durchführung des Wettkampfbetriebes

### Anreise

1. Anreise der Teams und Schiedsrichter (sog. Unmittelbare Spielbeteiligte), sowie des Kampfgerichtes (sog. Weitere aktive Spielbeteiligte) zum Sportgelände erfolgt mit mehreren Fahrzeugen. Fahrgemeinschaften werden minimiert. Für die Anreise in Mannschaftsbussen /-transportern gilt die Abstandsregelung und das Tragen einer qualifizierten Gesichtsmaske (Ü16, U16 einer Mund-Nasen-Bedeckung). Halten sich nur die Mannschaften, festgelegte Gruppen während der Anreise in einem Mannschaftsbus auf, so kann die Mund-Nasen-Bedeckung / qualifizierte Gesichtsmaske in diesem Fall abgelegt werden. Weitere geltende allg. Vorgaben bzgl. Abstandsregelung etc. sind einzuhalten.
2. Es wird auf eine zeitliche Entkoppelung der Ankunft der Teams sowie der Schiedsrichter geachtet. Die Heimmannschaft reist mind. 90min vor Spielbeginn an, das gegnerische Team ca. 80min bis 75min, die Schiedsrichter ca. 60min. Die Schiedsrichter werden teilweise Partien-übergreifend eingesetzt und erhalten daher Ihre separate Kabine meist länger als für nur eine Spielzeit. Für Jugendspiele mit Heimschiedsrichtern (Vereinsinterne) gilt als Anreisezeit ca. 45min bis 30min vor Spielbeginn.
3. Die Kabinenauswahl erfolgt mit größtmöglicher räumlicher Trennung.
4. Durch die zeitlich getrennte Anreise wird eine Stauung und Gegenverkehr in engen Räumen /Gängen vermieden. Eine Einbahnführung zu den Kabinen ist markiert.
5. Die Rückverfolgbarkeit der aktiven Teilnehmer einer Spielveranstaltung erfolgt über eine Anwesenheitsliste bzw. die Luca-App. Alle aktiven Teilnehmer unterliegen der 3-G-Pflicht.

Diese beinhaltet: Name, Vorname, Adresse u.o. Telefonnummer sowie die Anreise- und Abreisezeit, sowie den Status jedes Einzelnen zu Covid-19 (Angabe Geimpfte, Genesen mit Nachweis, PCR-Tests, Antigen-Tests bzw. Covid-19 Schnelltests.). Den Gastmannschaften wird diese Liste bereits im Vorfeld übermittelt, damit es bei der Ankunft zu keinem Stau führt. Vor Ort wird die Anreise- und Abreisezeit noch eingetragen.

Die Adressdaten sowie die Ansprechpartner der Mannschaften sind zudem im Online-Passsystem digital für alle Spielberechtigten und Spieloffiziellen hinterlegt.





## Kabinen

1. Je Team wird je nach Teilnehmeranzahl die zur Kabine angrenzenden freie Räumlichkeiten als zusätzliche Umkleidekabinen genutzt. (In unserem Fall erhält jedes Erwachsenenteam zunächst 2 Kabinen, individuelle Anpassungen erfolgen anhand der Teilnehmerzahl.)
2. Die Abstandsregel ist jederzeit einzuhalten, sollte dies einmal nicht möglich sein, so ist eine Mund-Nasen-Bedeckung (nur bis zum 16. Lebensjahr) bzw. qualifizierte Gesichtsmaske zu tragen.
3. In den Kabinen halten sich nur die unbedingt erforderlichen Personen auf.
4. Das Umziehen erfolgt ggf. in wechselnden Gruppen. Grund hierfür ist die Kabinengröße von nur ca. 9 m<sup>2</sup>, welches ein Umziehen ohne Mund-Nasen-Schutz von nur 4 Teilnehmern ermöglicht. Die Kabine wird hierbei in 4 Teile geteilt (Bank vorn links neben der Tür, Bank hinten links aus Sicht der Tür, Bank vorn rechts neben der Tür, Bank hinten rechts aus Sicht der Tür).
5. Durch die Belüftungsanlage der Halle ist eine Durchlüftung der Umkleiden gewährleistet, nach der Nutzung wird zudem durch Lüftung über den Flur die Durchlüftung verbessert.
6. Um die Abstandsregelung zu wahren, wird pro Kabine je 1 der beiden Duschen wechselweise mit ausreichend zeitlichem Abstand genutzt. Die Zeitschaltprogrammierung der Duschanlage dient hierbei zur Steuerung (je Dusche 3min Wasser, Freischaltung erfolgt ebenfalls erst nach 3 weiteren Minuten). Zudem werden die unmittelbaren Spielbeteiligten darauf hingewiesen, dass die Aufenthaltsdauer in den Duschen auf ein Minimum zu beschränken ist.
7. Nach Verlassen einer Kabine durch ein Team (Nutzungsende dieser Mannschaft) wird diese gereinigt. Dies bedeutet, die Kontaktflächen werden gereinigt, ggfs. desinfiziert, die Sanitärbereiche werden gesäubert.

## Durchführung des Wettkampfes

Von jeder Mannschaft wird zu Beginn ein offizieller als Wischer für die Partie verpflichtet. Damit wird die Anzahl der aktiven Spielberechtigten um eins oder zwei reduziert. In der technischen Besprechung wird dies zwischen den Schiedsrichtern, den Kampfrichtern sowie dem Team festgelegt. Die Offiziellen werden nach der Besprechung von Ihrer zusätzlichen Tätigkeit informiert.

## Spielbericht

1. Im Wettkampfbetrieb wird der Spielbericht elektronisch geführt. Die Mannschaftsverantwortlichen übergeben den Offiziellen eine Teilnehmerliste. Diese wird dokumentiert und aufbewahrt.
2. Zu Vorbereitungsspielen wird eine Mannschafts- sowie Teilnehmerliste dem Heimverein übergeben. Alle Spielbeteiligten werden dokumentiert.

## Weg zum Spielfeld / Gang

1. Abstandsregelung ist auf dem Weg zum Spielfeld zu allen Zeitpunkten /Aufwärmen, Betreten Spielfeld, Halbzeit, nach dem Spiel anzuwenden.





2. Es wird eine räumliche Trennung der Wege für beide Teams durchgeführt. Die Spieler der Teams werden jeweils den Zugang zu Halle nutzen, welcher kürzer von Ihrer Kabine entfernt ist, somit wird eine gleichzeitige Nutzung eines Ganges vermieden. Gastmannschaft nutzt den ersten Eingang zur Halle (neben Regie 1), Heimmannschaft nutzt den zweiten Zugang zur Halle (neben Regie 2).

## Zuschauer

1. Es werden je nach Leitindikator, Schutzwert und Belastungswert des Landkreises Zuschauer zu Spielen zugelassen. Die Anzahl variiert entsprechend dem Corona Eindämmungserlass sowie der Rückmeldung des Gesundheitsamtes Apolda. – **Anlage 4 (Konzept zu einzelnen Stufen)**
2. Die Teilnahme von Personen mit Symptomen einer Covid-19-Infektion, von Personen, mit wissentlichem Kontakt zu an Covid-19 erkrankten Personen innerhalb der letzten 14 Tage vor der Veranstaltung, von Personen, die innerhalb der letzten 14 Tage vor der Veranstaltung aus einem nach RKI benannten Risikogebiet zurückgekehrt sind, ist untersagt.
3. Die Anreise der Zuschauer erfolgt möglichst individuell.
4. Der Weg zum Zuschauereingang wird geführt. Ggfs. Notwendige Warteflächen werden markiert.
5. Alle Teilnehmer sind **ab dem Betreten** der Halle bis zum Erreichen Ihres Sitzplatzes sowie beim Verlassen Ihres Sitzplatzes bis zum Verlassen der Halle zum Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes (nur bis zum 16. Lebensjahr) bzw. eine qualifizierte Gesichtsmaske entsprechend der pandemiebezogenen Regelungen verpflichtet. Es wird zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung während der gesamten Veranstaltung geraten. Die Teilnahme von Risikopatienten und Angehörigen von Risikogruppen wird von einer Teilnahme abgeraten.
6. Der Eingang der Zuschauer mit Dauerkarten / Sitzplatzkarten unten erfolgt über die Seiteneingangstür rechts hinten an der Sporthalle. Der Einlass ist nur innerhalb des festgelegten Zeitraumes von 30 min bis 15min vor Anpfiff möglich. Eine Überlappung mit den Mannschaften sowie aktiven Spielbeteiligten ist durch diese zeitliche Entzerrung nicht möglich.
7. Der Eingang der Zuschauer mit Sitzplatzkarten für die Tribüne erfolgt oben. Explizit ist der erste Notausgang von der WGA Lounge betrachtet **nur** als Eingang zu nutzen, der am weitesten entfernte (3. Notausgang) ist **nur** als Ausgang zu nutzen. Auf dem Pflaster oberhalb der Halle wird der Zuschauer-Strom sichtbar markiert.
8. Die Notausgangstüren sind durch je einen Ordner gesichert, da diese zur konstanten zusätzlichen Belüftung während der Spielzeit bei Erwachsenenspielen beitragen. Die Ordner sichern zudem den korrekten Strom der Zuschauer ab.
9. Pro 50 Zuschauer wird ein Desinfektionsmittel im Ein- und Ausgangsbereich aufgestellt. Die Zuschauer (über 18) sind angehalten dieses sowohl beim Betreten als auch beim Verlassen zu verwenden.
10. Die Kontaktdaten der Zuschauer werden durch eine Anwesenheitsliste, Kontaktbogen zur Anwesenheit bzw. über die Luca App notiert.

Die Anwesenheitsliste sowie der Kontaktbogen zur Anwesenheit enthalten: Name, Vorname, Adresse und oder Telefonnummer sowie den Anreisezeitpunkt sowie den Abreisezeitpunkt.



11. Im Objekt wird durch Schilder auf die Wahrung der Abstandsregelung (1,5m) sowie das Tragen von Mund-Nasen-Bedeckung / qualifizierte Gesichtsmaske hingewiesen.
12. Im Spielbetrieb erfolgt der Einweisung der Zuschauer entsprechend dem AHA-Konzept.
13. Die Nutzung der Sanitäreinrichtungen erfolgt beschränkt. Es wird nur jede 2. Toilette geöffnet. Am Toiletteneingang ist ein Desinfektionsständer vorgesehen. Vor dem Toiletten-Ausgang werden Hinweisschilder zu Verhaltensregeln (Hände waschen) ergänzt.
14. Die Reinigungszyklen sowie der Desinfektionsaufwand werden entsprechend der Nutzung mit dem Betreiber abgestimmt und angepasst. Nach Beendigung eines Spiels werden diese ebenso wie die Kabinen gereinigt.
15. Die Kontaktflächen der Zuschauer (Sitzschalen) werden nach der Nutzung gereinigt.
16. Speisen und Getränke sind in der Halle am Sportpark durch den Betreiber der AGB untersagt.
17. Die Versorgung / Gastronomie wird durch den Mieter der WGA Lounge geregelt und betrieben.
18. Die Informationen werden durch den Heimverein kommuniziert.
19. Die Einhaltung der Vorgaben werden im Regelspielbetrieb von ca. 6 bis 12 Ordnern überwacht und kontrolliert. Zuwiderhandlungen führen zu einem Ausschluss von der Veranstaltung. Die fehlbare Person wird von den Ordnern verwiesen.
20. Die Auslastung der Kapazität und Sitzordnung erfolgt nach den aktuell gültigen Vorgaben.

Wir werden diese Grundlagen streng befolgen, um eine dauerhafte Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes sowie die Durchführung des Spielbetriebes zu gewährleisten. Die Einhaltung der Regel und deren selbst wird regelmäßig reflektiert und ausgewertet.

Apolda, den 07.09.2021

Patrick Schatz  
Präsident  
HSV Apolda 1990 e.V.







## Anlage 2 - Hygieneregeln

 **infektionsschutz.de**  
Wissen, was schützt

**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.
- 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.
- 3. Hände aus dem Gesicht fernhalten**

  - ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.
- 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.
- 5. Im Krankheitsfall Abstand halten**

  - ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
  - ▶ Verzichtern 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.
- 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 Spulmittel 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.



Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Stand: 2015



HSV Apolda 1990 e.V.  
www.hsv-apolda.info

wbmaster@hsv-apolda.info

**Vereinspräsident**  
Patrick Schatz  
Promenadenstraße 38  
**Vereinsregister**  
D-99510 Apolda (Thür.)

**Abteilungsleiter**  
Roland Kössel  
Brückenstraße 15  
D-99510 Apolda (Thür.)

**Bankverbindung**  
Sparkasse Mittelthüringen  
IBAN: DE32820510000501013482  
BIC: HELADEF1WEM

**Steuernummer**  
162/141 / 06403

**Apolda: Nr. 44**





## Anlage 3 – Übungsleiter

Mannschaft	Übungsleiter	
Männer I	Patrick Schatz	Andreas Schöppe
Männer II	Olaf Strzala	Jörg Kutschbach
Männer III / Gram. Tiger / Premium Panther	Olaf Strzala, Olaf Müller	Andreas Schuchert, Hans-Dieter Riel
Montagsmaler / Männer VI	Volker Goldmann	Olaf Strzala
Frauen I	Ralph Börmel	Lars Wolff
Frauen II	Stephan Rennecke	Ines Heinemann
Frauen III / wJB	Zoe Heinemann	Christin Baum Steffi Dräger
mJB / mJC	Nils Schabram	
gJD	Tim Haufe	Matthias Seidel
gJE	Mario Kant	

## Anlage 4 – Stufenplan nach Eindämmungserlass

	Basisstufe	Warnstufe 1	Warnstufe 2	Warnstufe 3
Einschränkungen	Einhaltung des Hygienekonzeptes, 3G-Regel für Spieler, Kontaktverfolgung für Zuschauer	Nur Zutritt mit 3-G-Regel für Spieler und Zuschauer	Nur Zutritt mit 3-G-Regel für Sportler und Zuschauer, Kapazität für Zuschauer auf 50% beschränken / Freigabe des Gesundheitsamtes notwendig	2-G-Regel für Aktive, 1/3 der Zuschauerkapazität mit 3-G-Regel, Rücksprache, ob Trainings- und Wettkampf-betrieb möglich nur mit Freigabe des Gesundheitsamtes
AHA-Regeln	AHA-Regeln beachten	AHA-Regeln	AHA-Regeln	AHA-Regeln
Kontaktverfolgung	Nicht notwendig, jedoch durchgeführt	Notwendig	notwendig	notwendig



Sparkasse Mittelthüringer

