

# Hygienekonzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie



**Geltungsbereich: Freiluft (Outdoortraining) im Bereich Handball**

Angelehnt an: DHB Positionspapier "Return-to-play im Amateursport", Stufe 3: Kleingruppentraining Outdoor

## Folgende Regelungen sind bei jeder Einheit zu beachten:

- Trainer/innen und Übungsleiter/innen sowie Sportler/innen beziehungsweise deren Erziehungsberechtigte wurden über die Hygienebestimmungen des Vereins unterwiesen und **bestätigen dies durch ihre Unterschrift**.
- Jeder Teilnehmer versichert, nur dann am Sportbetrieb teilzunehmen, wenn bei ihm/ihr **keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome** vorliegen sowie für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person stattgefunden hat.
- **Fahrgemeinschaften** mit Trainer/innen oder Trainingspartner/innen zum und vom Training sind zu **vermeiden** und nur im Ausnahmefall unter Verwendung einer Mund-Nasen-Schutzmaske zulässig.
- **Athletik- und/ oder Techniktraining** sowie handballspezifisches Training **ohne Körperkontakt** mit Vor-Ort-Anleitung durch Trainer/in und bis zu einer **Gruppengröße von 10 Sportler/innen**
- **Bevorzugt Freiluftaktivitäten** im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen (bevorzugt Sauberganlage des TSV Krumbach)
- Die Kleingruppen sollten sich immer aus denselben Sportler/innen und Trainer/innen zusammensetzen. Die **Anwesenheit und Zusammensetzung der Kleingruppen** muss von Trainer/in oder Übungsleiter/in bei jeder Einheit **dokumentiert** werden (s. *Dokumentationsbogen Kleingruppen-Training*). Eine **Durchmischung von Kleingruppen** und auch der Trainer/innen und Übungsleiter/innen ist zu **vermeiden**.
- Einhaltung der **Abstandsregelung von mindestens 2 Metern** zur Trainingspartner/innen, Trainer/innen oder anderen vor Ort befindlichen Personen
  - Bei **Laufeinheiten** sollten **größere Distanzen** beachtet werden (10 Meter)
  - Es werden **keine Hilfestellungen mit Körperkontakt** durchgeführt
- **Einhaltung der Desinfektions- und Hygieneregeln**
  - Vor und nach der Betätigung im Freien sollten entsprechende Hygienemaßnahmen durchgeführt werden → **Hand- und Flächendesinfektionsmittel** werden vom Trainer bereitgestellt.
  - Die Sportler/Innen nutzen, sofern möglich, ihre **eigenen Trainingsmaterialien**, wobei sich diese auf das Nötigste beschränken sollten.
  - Utensilien wie Markierungshütchen werden vor und nach der Trainingseinheit desinfiziert.
  - Trainingsleibchen werden nur dann genutzt, wenn gewährleistet ist, dass ein Leibchen ausschließlich von einem Spieler getragen wird und dieser es zum Waschen selbst mit nach Hause nimmt.
  - **Kontaktfreie Sportausübung**: kein Händeschütteln, Jubeln oder Trauern
  - Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes vor und nach der Trainingseinheit wird empfohlen.
  - Während der Einheit wird das Tragen von Schweißbändern zur Entfernung von Schweiß sowie unter Umständen von Mund-Nasen- Schutzmasken oder Handschuhen empfohlen
  - Sind Toiletten während des Trainingsbetriebs genutzt worden, so sind Türklinken, Lichtschalter und Oberflächen (Waschbecken, Spülkasten) im Nachgang vom Trainer zu desinfizieren.
  - **Duschen und Umziehen** erfolgen **ausschließlich zu Hause**
- **Im Verdachtsfall** bzw. einer Ansteckung eines Gruppenmitglieds an COVID-19 muss der **Trainingsbetrieb unverzüglich eingestellt** und der Vereinsvorstand informiert werden.