



## ALLGEMEINE GESUNDHEITSREGELN

- Die Teilnahme am Trainingsbetrieb erfolgt auf freiwilliger Basis und ist von jedem Teilnehmer aus Eigenverantwortung zu treffen.
- Liegt eines der folgenden Symptome vor, darf die Person nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen und muss zu Hause bleiben bzw. einen Arzt kontaktieren: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome.
- Die gleiche gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
- Bei positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt darf die betreffende Person mindestens 21 Tage nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen.
- Bei allen am Training Beteiligten wird bei jeder Einheit vorab der aktuelle Gesundheitszustand erfragt. Die Teilnehmer an der Trainingseinheit werden schriftlich festgehalten.
- Fühlen sich Trainer bzw. Spieler sich aus gesundheitlichen Gründen unsicher in Bezug auf das Training oder eine spezielle Übung, sollten sie auf eine Durchführung verzichten.
- Bei Verdachtsfällen einer Erkrankung sind unverzüglich die Trainer zu informieren, damit die betroffenen Spieler die an einer gemeinsamen Trainingseinheit teilgenommen haben informiert werden können

## ORGANISATORISCHE UMSETZUNG GRUNDSÄTZE

- Trainer informieren die Trainingsgruppen über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften.
- Den Anweisungen der Verantwortlichen zur Nutzung des Sportgeländes ist Folge zu leisten.
- Maximal 2 Mannschaften können zeitgleich auf dem Sportgelände trainieren, wobei der Trainingsbetrieb auf dem Hauptplatz und den Trainingsplatz verteilt wird.
- Es werden genaue Trainingszeiten festgelegt, die unbedingt eingehalten werden müssen. Im Anschluss an jede Einheit muss eine 30 min. Pause eingehalten werden, bis die nächste Einheit beginnen kann.



## ANKUNFT UND ABFAHRT

- Auf Fahrgemeinschaften bei der Anfahrt ist möglichst zu verzichten.
- Ankunft am Sportgelände frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn.
- Alle Teilnehmer/innen kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände.
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause. Das Sportheim bleibt während der Trainingseinheiten komplett geschlossen.
- Eltern die Ihre Kinder abholen, sollen im Auto warten bis die Trainingseinheit beendet ist. Zuschauende Begleitpersonen sind beim Training nicht gestattet.

## AUF DEM SPIELFELD

- Alle Trainingsformen müssen unter der Voraussetzung der DOSB-Leitplanken, vor allem der Abstandsregeln, durchgeführt werden.
- Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall bei jeder Trainingseinheit in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen.

## HYGIENE- UND DISTANZREGELN

- Vor und direkt nach jeder Trainingseinheit sind die Hände zu desinfizieren.
- Keine körperlichen Begrüßungsrituale (zum Beispiel Händedruck) durchführen.
- Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt wurde.
- Vermeiden von Spucken und von Naseputzen auf dem Feld.
- Kein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.
- Abstand von mindestens 1,5 bis zwei Metern bei allen Ansprachen und Trainingsübungen.

## Der Vorstand