



# Leitfaden Trainer SV DJK Eggolsheim

## Aktuell:

Freundschaftsspiele sind inzwischen wieder möglich. Beim Fußball können diese unter Berücksichtigung des aktuellen Hygienekonzepts des bayrischen Fußballverbandes (Hygienekonzept Fußballverband Trainingsspielbetrieb) durchgeführt werden. Für Freundschaftsspiele in der Sporthalle muss erst mit der Gemeinde ein Hygienekonzept abgestimmt werden.

**Coronatest:** Allen Urlaubern legen wir nahe, einen Coronatest zu machen und eine freiwillige Trainingspause einzulegen. Legt euren Spielern nahe, nur mit negativem Coronatest am Training teilzunehmen.

- Trainer muss die Spieler über Einschränkungen aufklären
- Spieler darf nur mit unterschriebenem Einverständnis am Training teilnehmen – Gesammelte geheftete Erklärungen bei Abteilungsleiter abgeben. Die Abteilungsleiter geben diese bei Helmut ab.
- Training nur auf freiwilliger Basis (Kein Training mit Krankheitssymptomen!)
- Indoor:
  - Die Hallentüren bleiben geschlossen. Trainer holt die Spieler vor der Halle ab. (Abstand einhalten)
  - maximal 1 Gruppe pro Hallendrittel, die max. Gruppengröße ist von den Abstandsregeln der einzelnen Sportarten abhängig.
  - Die Trainingseinheiten beschränken sich auf 60 Minuten. Trainings-/Pausenzeiten sind an den Frischluftaustausch der Lüftungsanlage angepasst. Unter Einhaltung der Pausenregelungen und Lüftungsvorgaben (vollständiger Frischluftaustausch) ist es möglich, dass eine Trainingsgruppe auch mehrere Einheiten von 60 Minuten durchführt.
  - In der Sporthalle dürfen die Umkleiden für den Schuhwechsel (Abstand, Maskenpflicht) genutzt werden. Umgezogen kommen und danach gleich wieder gehen. Die Duschen bleiben gesperrt.
  - Rechtzeitig vor dem Lüftungsvorgang ist die Halle zu verlassen.
  - Findet kein Training statt, so muss der Trainer die Gemeinde informieren ([fechner@eggolsheim.de](mailto:fechner@eggolsheim.de) Abwesenheitsmeldung beachten)
- Outdoor:
  - Sportplatz/Sportheim:
    - Umkleidebereich haben nur folgende Personengruppen Zutritt:
      - Spieler\*innen
      - Trainer\*innen
      - Funktionsteams
      - Schiedsrichter\*innen
      - Ansprechpartner\*in für Hygienekonzept
    - Die Nutzung erfolgt unter Einhaltung der Abstandsregelung oder Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung.
    - Für die Nutzung im Trainingsbetrieb und Trainingsspielbetrieb werden ausreichende Wechselzeiten zwischen unterschiedlichen Teams vorgesehen.
    - In den Umkleiden wird auf eine ständige Durchlüftung geachtet.
    - Die Nutzung der Duschanlagen erfolgt unter Einhaltung der Abstandsregelungen sowie zeitlicher Versetzung/Trennung.
    - Die generelle Aufenthaltsdauer in den Umkleidebereichen wird auf das notwendige Minimum beschränkt.
  - Tennisanlagen:
    - das Tragen von Masken ist während des Aufenthalts in der Umkleidekabine

empfohlen

- die Umkleidekabinen dürfen gleichzeitig nur von 4 Personen genutzt werden
  - die Duschen dürfen gleichzeitig nur von 2 Personen genutzt werden
  - die mittlere Dusche ist gesperrt und darf nicht genutzt werden
  - Die Vereinsräume dürfen nur zum Holen und Zurückbringen von Sportgeräten (Ballkörbe etc.), zur Bedienung des Buchungssystems und der für den Spielbetrieb zwingend notwendigen, kurzzeitige Tätigkeiten genutzt werden. Max. 2 Personen. Diese Nutzungsbeschränkungen müssen in geeigneter Weise auch den Gästen mitzuteilen.
- Es ist darauf zu achten, dass die Sportler einem möglichst festen Trainingsverband angehören.
  - Das Training mit Körperkontakt ist wieder zugelassen. Gegen die Unterschreitung des Mindestabstandes bei der Sportausübung bestehen deshalb grundsätzlich keine Einwände. Voraussetzung ist, dass in festen Trainingsgruppen trainiert wird.
  - Abstandsregelung min. 1,50 m außerhalb des Platzes und bei Besprechungen gilt weiterhin
  - kein Abklatschen, in den Arm nehmen, Jubeln und keine körperlichen Begrüßungsrituale
  - Trainingsgeräte dürfen nur vom Trainer angefasst werden.
  - Trainingsgeräte und Bälle müssen vom Trainer nach jeder Einheit desinfiziert werden. Die gemeinsame Nutzung von Sportgeräten ist Grundsätzlich erlaubt, folglich auch Passübungen mit Bällen. Dabei sind die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen konsequent einzuhalten. Dies bedeutet nicht, dass der Ball nach jedem Ballwechsel desinfiziert werden muss. Vor und nach jedem Training ist dies aber zwingend erforderlich und je nach Trainingsverlauf und Situation können zusätzliche Desinfektionsmaßnahmen sinnvoll und nötig sein. Zum Reinigen der Bälle und Trainingsgeräte steht im Käfig unter der Treppe ein Kanister mit Seifenlauge zur Verfügung. Die Trainer können mit mitgebrachten Sprühflaschen und Tüchern die Sportgeräte säubern. Diese Reinigung ist in der Dusche vorzunehmen.
  - Auch die Türgriffe der Kabinen, der Hallentüren muss der Trainer reinigen.
  - Jede Trainingseinheit muss mit einer Anwesenheitsliste protokolliert werden (Aktuell an Abteilungsleiter schicken oder vorbeibringen, Abteilungsleiter geben diese am Ende jeder Woche gesammelt an Helmut).
  - Keine Eltern/Zuschauer beim Training (Eltern warten im Auto)
  - Räumlichkeiten betreten nur um Material zu holen, Desinfektion der Türklingen (Trainer)
  - Maskenpflicht beachten: Maskenpflicht nur in geschlossenen Räumen wenn der Abstand nicht gewährleistet ist.
  - Nach Abschluss der Trainingseinheit erfolgt die unmittelbare Abreise der Sportler.

### **Fußball:**

- Freundschaftsspiele erlaubt – spezielles Hygienekonzept beachten
- Trainingsgruppen werden nicht mehr eingeschränkt
- Kein Leibchen Wechsel während des Trainings
- Keine Umkleieräume und kein Duschen möglich (Umgezogen kommen und danach gleich wieder gehen)
- Räumlichkeiten betreten nur um Material zu holen, Desinfektion der Türklingen (Trainer)

### **Basketball:**

- Dem Trainer ist freigestellt, den Spielern eigene (saubere und desinfizierte) Bälle mitbringen zu lassen.
- Bälle sind vor und nach jeder Trainingseinheit vom Trainer zu desinfizieren

### **Volleyball:**

- Dem Trainer ist freigestellt, den Spielern eigene (saubere und desinfizierte) Bälle mitbringen zu lassen.
- Das benötigte Trainingsmaterial beschränkt sich auf das Nötigste
- Im Training in der Halle bestehen die Abstandsregeln nicht mehr. Dessen ungeachtet sollte weiterhin versucht werden, wo immer möglich einen Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten. Unter der

Voraussetzung einer Kontaktdatenerfassung gemäß Rahmenhygienekonzept Sport für das Training in festen Trainingsgruppen darf mit Körperkontakt trainiert werden.

### **Sportakrobatik:**

- Formationen aus dem Landeskader der Vollklasse und Nachwuchsklasse dürfen mit Kontakt trainieren.
- Geräte Räume werden nur einzeln und zur Geräteentnahme und -rückgabe betreten. Sollte mehr als eine Person bei Geräten (z. B. großen Matten) notwendig sein, gilt eine **Maskenpflicht**.
- Die Sportler bringen ihre eigenen /sauberen und desinfizierten) Trainingsgeräte (Gewichte, Handstandgerät, Terrabänder) mit.

### **Tischtennis:**

- Max. 6 Tische mit Umrandungen werden gestellt.
- Pro Platte werden drei Bälle zur Verfügung gestellt.
- Bälle werden nach der Trainingseinheit gesammelt und durch die Abteilungsleitung gereinigt.
- Max. 12 Personen pro ,Trainingseinheit (inkl. Trainer)
- Plattenreinigung erfolgt vor dem Trainingsbeginn durch den Übungsleiter.
- Doppeltraining erlaubt.
- Gruppenbezogene und Trainingsbezogene Einheiten beschränken sich auf 60 Minuten.
- Die Regeln gelten bis auf weiteres, bei Änderungen informiert die Abteilungsleitung.

### **Damengymnastik/Fitness:**

- Der direkte Kontakt mit Trainingsgeräten ist durch Benutzung von Handtüchern, Handschuhen, etc. zu vermeiden. Alle Trainingsgeräte sind nach jeder Einzel-Nutzung direkt von der jeweiligen Person sorgfältig zu reinigen und desinfizieren. Es ist erlaubt eigene, saubere und desinfizierte Trainingsgeräte (Gewichte, Bänder und Matten,...) mitzubringen.
- Für Übungen auf dem Boden ist die Nutzung einer Matte sinnvoll.

### **Tennis:**

- Es ist dafür zu sorgen, dass nicht mehr als 5 Personen einen Tennisplatz gleichzeitig nutzen. Das Training muss kontaktlos erfolgen, das heißt, es darf keine Demonstration am Schüler stattfinden, und die Spieler müssen den Mindestabstand von 1,5 Metern einhalten. Es liegt in der Einschätzung des Trainers, Kindergruppen gegebenenfalls auf eine geringere Anzahl zu reduzieren und entsprechende Trainingsformen zu wählen, um dies zu ermöglichen.
- Auf den Plätzen ist dafür zu sorgen, dass die Bänke mit einem Mindestabstand von 1,5 Metern aufgestellt werden. Vier Stühle eignen sich besser, als zwei Bänke.
- Es ist sicherzustellen, dass wenige Gegenstände von mehreren Personen genutzt werden. Jeder Trainer sollte z.B. seinen eigenen Ballkorb/-wagen verwenden, Sammelrohre für Bälle sollen nicht benützt werden. Wo dies nicht möglich ist, sollten die Materialien beim Nutzungswechsel desinfiziert oder gründlich gereinigt werden.
- Mülleimer auf der Anlage sind täglich zu leeren.