

## Leitfaden und Hygienebestimmungen des HV Sundern für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes ab dem 25.05.2020

### 1.) Schrittweise Öffnung des Trainingsbetriebes (Stufenmodell) und Gruppengrößen

Ab dem **25.05.2020** dürfen **Seniorenmannschaften** in der Dreifachsporthalle, auf dem Gummiplatz oder dem Sportplatz der Stadt Sundern mit **maximal 10 (+1 Trainer) oder 2x 5 (+ je 1 Trainer) Personen** trainieren. Es darf sich jeweils nur eine Trainingsgruppe in der Halle aufhalten. Eine Öffnung des Trainingsbetriebes für weitere Mannschaften ist nach und nach geplant. Alle Jugendmannschaften werden dann vorerst einmal wöchentlich in der ganzen Halle trainieren können. Falls die Öffnung des Trainingsbetriebes erfolgreich verläuft, wird auch in den Sommerferien Training für alle Mannschaften stattfinden. Die leicht veränderten Trainingszeiten sind dem neuen Trainingsplan zu entnehmen.

#### Voraussichtliche Stufen:

**25.05. – 07.06. Seniorenmannschaften**

**ab 08.06. zusätzlich B- und A- Jugend**

**ab 01.07. alle Mannschaften (ausgenommen Minis)**

Eine Durchmischung von Kleingruppen und auch Trainer\*innen ist nicht erlaubt. In dieser ersten Phase dürfen die Schritte 1- 4 (kontaktloses Trainieren in Kleingruppen) aus dem „Return- to- play- Konzept“ des DHB durchgeführt werden.

**Letztendlich obliegt die Entscheidung, ob eine Wiederaufnahme des Trainings durchgeführt wird bei den jeweiligen Trainer\*innen.**

### 2.) Voraussetzung für die Teilnahme am Training

- Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
- Es bestand für mind. zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
- Alle Teilnehmer müssen vorab der Einhaltung dieses Leitfadens schriftlich zustimmen. Bei minderjährigen Spieler\*innen müssen die Erziehungsberechtigten ihre Einwilligung geben.

### 3.) Hygieneregeln vor, während und nach den Trainingseinheiten

#### a) Vor dem Training

- Alle Teilnehmer kommen einzeln (keine Fahrgemeinschaften) und bereits in Sportbekleidung zur Trainingsstätte. Die Umkleieräume dürfen nur als Zugang/ Abgang zur Halle genutzt werden.
- Alle Teilnehmer tragen bis zum Trainingsbeginn einen Mund- Nasen- Schutz.
- Die Teilnehmer dürfen sich **nicht** vor der Sportstätte versammeln.
- Alle Teilnehmer reinigen oder desinfizieren sich die Hände beim Betreten der Sportstätte. Hierfür werden allen Trainern Desinfektionsmittel bereitgestellt.
- Falls das Training in der Sporthalle stattfindet, nutzen alle Teilnehmer die Kabine 1 als Aufgang zur Halle.
- Alle Teilnehmer betreten nacheinander, unter Einhaltung des Mindestabstandes die Trainingsfläche.
- Alle Teilnehmer bekommen für ihre mitgebrachten Sachen (Getränke, Handtuch,...) einen separaten Bereich (Reifen) zugeteilt; diese liegen jeweils 2m voneinander entfernt. Diese Bereiche sind vom Übungsleiter bereits vor der Einheit zu kennzeichnen.
- Alle Teilnehmer bringen ihren **eigenen Handball** mit zum Training. Dieser wird vor Trainingsbeginn (zu Hause) desinfiziert. **Die Bälle aus den Balkisten dürfen nicht verwendet werden.**
- Der Auf- und Abbau der Materialien (Hütchen, Reifen) darf nur von festgelegten Personen (Trainer\*innen) mit Mund- Nasen- Schutz erfolgen.

<sup>1</sup> Der Leitfaden wird laufend aktualisiert und an die Verordnungen des Landes NRW angepasst.

## **b) Während des Trainings**

- Der Mund- Nasen- Schutz darf während des Trainings abgenommen und in den individuellen Reifen gelegt werden.
- Es wird empfohlen Schweißbänder oder ähnliches zu tragen.
- Die gesamten Trainingseinheiten **müssen in der Sporthalle kontaktfrei** durchgeführt werden, auch Hilfestellungen sind nicht erlaubt.
- **Bei Trainingseinheiten auf dem Gummiplatz oder Sportplatz sind auch nicht- kontaktfreie Übungen erlaubt.**
- Bei Einheiten mit **hoher Bewegungsaktivität** muss der Abstand zwischen den Teilnehmern **mind. 4m** betragen.
- Es dürfen nur die mitgebrachten Bälle, sowie die kleinen Hütchen verwendet werden. Alle Materialien müssen vor und nach Benutzung desinfiziert werden. Alle weiteren Kleingeräte und Markierungen sind nicht zulässig.
- Es dürfen Passübungen und Torwürfe durchgeführt werden.
- Das Nutzen von Trillerpfeifen ist untersagt. Lautes Rufen und Brüllen soll möglichst vermieden werden.
- Bei Verletzungen darf der Trainer nur mit Mund- Nasen- Schutz helfen. Der Verletzte sollte schnellstmöglich seine eigene Maske aufsetzen. Des Weiteren wird das Tragen von Einmalhandschuhen bei einer Behandlung empfohlen.
- Das Benutzen der Toiletten ist erlaubt, sollte aber nach Möglichkeit vermieden werden.
- Falls ein Teilnehmer die Toiletten aufsuchen muss, muss er sich beim Trainer abmelden.

## **c) Nach dem Training**

- Alle Teilnehmer desinfizieren sich direkt nach der Einheit ihre Hände mit dem bereitstehenden Desinfektionsmitteln.
- Alle Teilnehmer verlassen nach Beenden der Trainingseinheit unmittelbar die Sportstätte unter Einhaltung der Abstandsregeln und Tragen des Mund- Nasen-Schutzes.
- Die mitgebrachten Bälle werden von den jeweiligen Teilnehmern wieder mitgenommen und (zu Hause) desinfiziert.
- Das Verlassen der Halle erfolgt durch die Kabine 3.
- Das Umziehen oder Duschen nach den Einheiten ist verboten.
- Die Trainer\*innen reinigen/ desinfizieren sämtliche genutzte Sportgeräte (Reifen, Hütchen).
- Ein Verweilen vor der Sportstätte ist nicht gestattet.
- Zwischen zwei Trainingseinheiten liegen mindestens 10 Minuten Pause, bevor eine neue Gruppe die Halle betreten darf.

## **4.) Anwesenheitsüberprüfung**

Alle Trainer\*innen sind verpflichtet eine Anwesenheitsliste zu führen. In diese müssen sich für **jede Trainingseinheit** alle Teilnehmer eintragen. Im Anschluss an das Training ist die Liste dem Vorstand vorzulegen (einwerfen oder via Foto). **Alle Trainer\*innen erhalten hierfür eine Vorlage vom Verein.**

## **5.) Verdachtsfälle innerhalb der Trainingsgruppe**

Im Verdachtsfall bzw. einer Ansteckung eines Gruppenmitglieds an COVID-19 muss der Kleingruppen- Trainingsbetrieb unverzüglich eingestellt werden. Vorstand und Gesundheitsamt müssen sofort informiert werden.

## **6.) Einhaltung der Maßnahmen**

Der Vorstand des HV Sundern 1975 e.V. behält es sich vor, die Einhaltung der oben genannten Maßnahmen zu kontrollieren. Bei Verstößen gegen die Maßnahmen kann der Trainingsbetrieb der Gruppe eingestellt werden.