

Hygiene-Konzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes

Hygiene-Konzept Neuenhagener HC e.V.

(Stand 05.06.2020)



- Der Schutz der Gesundheit steht über allem, und die behördlichen Verfügungen sind zu beachten.
- Dieser Leitfaden bietet hierfür das Gerüst und wichtige Orientierungsgrundlagen.
- Alle Trainer und Spieler wurden belehrt und halten sich an die Vorgaben.

1. Allgemein

GESUNDHEITZUSTAND

- Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt kontaktieren: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome.
- Die gleiche Empfehlung gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
- Bei positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt muss die betreffende Person mindestens 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden. Aktuelle Empfehlungen gehen sogar in Richtung vier Wochen.
- Bei allen am Training Beteiligten sollte vorab der aktuelle Gesundheitszustand erfragt werden.

MINIMIERUNG DER RISIKEN IN ALLEN BEREICHEN

- Fühlen sich Trainer*in oder Spieler*in aus gesundheitlichen Gründen unsicher in Bezug auf das Training oder eine spezielle Übung, sollten sie auf eine Durchführung verzichten.
- Zu klären ist, ob potenziell Teilnehmende am Training einer Risikogruppe (besonders Ältere und Menschen mit Vorerkrankung) angehören.
- Auch für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Training von großer Bedeutung, weil eine gute Fitness vor Komplikationen der Corona-Erkrankung schützen kann. Umso wichtiger ist es, ganz besonders für sie das Risiko bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

2. Organisatorische Umsetzung

GRUNDSÄTZE

- Trainer*innen und Vereinsmitarbeiter*innen informieren die Trainingsgruppen über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften.

- Den Anweisungen der Verantwortlichen zur Nutzung des Sportgeländes und der Sporthallen ist Folge zu leisten.
- Eine Platzhälfte bzw. Hallenhälfte soll möglichst von einer Trainingsgruppe genutzt werden. Auf dem Sportplatz werden max. 10 Personen pro Hälfte empfohlen, in der Halle 5 qm pro Person (das entspricht einem Abstand von 2,5 m). Die Trainingszeiten sind so zu organisieren, dass ein Aufeinandertreffen mehrerer Trainingsgruppen bestmöglichst vermieden wird.
- Gewissenhafte Dokumentation der Trainingsbeteiligung je Trainingseinheit. Es müssen von jeder Trainingseinheit Teilnehmerlisten erstellt werden, die im Falle einer Infektion eines Teilnehmers unverzüglich an die Verantwortlichen des Vereins zu übersenden sind.
- Mit Eintrag in die Trainingsliste gibt der Teilnehmer gleichzeitig sein Einverständnis für die geltenden Hygienevorschriften ab und das er frei von den beschriebenen Symptomen ist.
- Die Teilnahme am Training ist freiwillig und erfolgt auf eigene Gefahr.

ANKUNFT UND ABFAHRT

- Auf Fahrgemeinschaften bei der Anfahrt ist möglichst zu verzichten.
- Alle Teilnehmer*innen kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände / in die Sporthalle oder müssen sich direkt am Sportplatz / in der Sporthalle umziehen.
- Verlassen der Sportstätte möglichst direkt nach dem Training. Das Duschen auf dem Sportplatz oder der Halle ist untersagt.

AUF DEM SPORTPLATZ / IN DER SPORTHALLE

- Alle Trainingsformen müssen unter der Voraussetzung der DOSB Leitplanken durchgeführt werden, vor allem bei der Abstandsregelung: mindestens 2 Meter Abstand, bei Mannschaftssportarten kontaktlos, auf jegliche Form des Zweikampfs ist zu verzichten
- Bildungen von kleineren Gruppen im Training sind zu empfehlen, im Optimalfall kommen sie bei jeder Trainingseinheit in der gleichen Zusammensetzung zusammen.
- Eine pauschale Richtgröße der Kleingruppen kann nicht gegeben werden, sie richtet sich nach den Gegebenheiten und der Anzahl der Trainer*innen. Hier können individuelle Lösungen gefunden werden.
- Nutzung und Betreten des Sportgeländes / der Sporthalle ausschließlich nur zum Zwecke des Trainings.
- Die Nutzung von Duschen und Umkleiden am Sportplatz / in der Sporthalle wird untersagt .
- Der Zugang zur Toilette und einem Waschbecken mit Seife muss gewährleistet sein.
- Die Türen in der Sporthalle sollen geöffnet bleiben um das Risiko einer Schmierinfektion zu minimieren.
- Zuschauende Begleitpersonen sind beim Training nicht zu empfehlen und möglichst zu vermeiden.

Ausnahme: Sofern Unterstützung der Trainingseinheiten im Kinder- und Jugendbereich von einem Elternteil / Erziehungsberechtigten erforderlich ist, darf dieser am Sportgelände / Sporthalle anwesend sein.

HYGIENE- UND DISTANZREGELN

- Händewaschen (mindestens 30 Sekunden und mit Seife) vor und direkt nach der Trainingseinheit. Alternativ können die Hände mit Desinfektionsmittel behandelt werden. Wenn möglich sollten die Trainingsteilnehmer ihr eigenes Desinfektionsmittel mitbringen.
- Keine körperlichen Begrüßungsrituale (zum Beispiel Händedruck) durchführen.
- Mitbringen eigener Getränkeflaschen, die zu Hause gefüllt wurden.
- Kein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.
- Abstand auf dem Sportplatz von mindestens 2 Metern bei Ansprachen und Trainingseinheiten, in der Halle 2,5 Meter (5 qm).
- Gemeinsam genutzte Sportgeräte sollen in regelmäßigen Abständen desinfiziert werden.
- Auch die Toiletten sollten in regelmäßigen Abständen desinfiziert werden
- Weitere Hygienetipps erhalten sie unter folgendem Link:
<https://www.infektionsschutz.de/>



Der deutsche Handballbund hat einen 8 Stufen Plan zur Wiederaufnahme des Handballsports im Amateurbereich entwickelt, vom individuellen bis hin zum Mannschaftstraining in Wettkampfform

Der Link:

<https://www.dhb.de/de/services/return-to-play/>