

## Checkliste / Regelungen für alle beteiligten Personen

### 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

### ORGANISATORISCHE UMSETZUNG GRUNDSÄTZE

- Den Anweisungen der Verantwortlichen (Trainer\*innen und Vereinsmitarbeiter\*innen) zur Nutzung des Sportgeländes ist Folge zu leisten.
- Eine rechtzeitige Rückmeldung, ob man am Training teilnehmen kann, ist zu empfehlen, um die Trainingsplanung anhand der Leitplanken zu ermöglichen.

### 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 oder müssen sich direkt am Platz umziehen.
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause.

### AUF DEM SPORTGELÄNDE

- Nutzung und Betreten des Sportgeländes ausschließlich, wenn ein eigenes Training geplant ist.
- Zuschauende Begleitpersonen sind beim Training nicht zu empfehlen und möglichst zu vermeiden.
- ~~Die gemeinsame Nutzung von Umkleiden und Duschen wird vorerst ausgesetzt.~~ -> Siehe Regelungen ab 01.Juli 2020
- Sollte der Mindestabstand (1,5m) nicht eingehalten werden können oder wird ein Gebäude betreten, sind entsprechende Mund/Nasenmasken zu tragen.

### AUF DEM SPORTGELÄNDE BEI SPIELEN

- Zuschauer müssen sich über das Formular oder die Webseite mit den entsprechenden Kontaktdaten registrieren.
- Die Trainer / Betreuer müssen entsprechende Personen für die Umsetzung der Rückmeldung bzw. Registrierung und Kontrolle am Platz benennen.
- Die Laufwege sind mit den anderen Mannschaften vor Ort zu besprechen und entsprechende Einweisung über die Umsetzung des Konzeptes (z.B. Zuschauer-, Spieler, Schiedsrichterbereiche) auf dem Gelände zu erläutern.
- Bei der Planung von Spielen ist pro Umkleidekabine 1 Stunde (30 Minuten für Abreise und 30 Minuten für Anreise) dazwischen zu planen.

### BESONDERHEITEN FÜR KINDER-/JUGENDTRAINING

- Sofern Unterstützung für die Fußballaktivitäten und/oder Toiletteneinrichtungen erforderlich ist, darf ein Elternteil/ Erziehungsberechtigter am Sportgelände anwesend sein. Für diese Person gelten ebenfalls die dort herrschenden organisatorischen und hygienischen Maßgaben.



## Ablauf am Trainingstag

### VOR DEM TRAINING

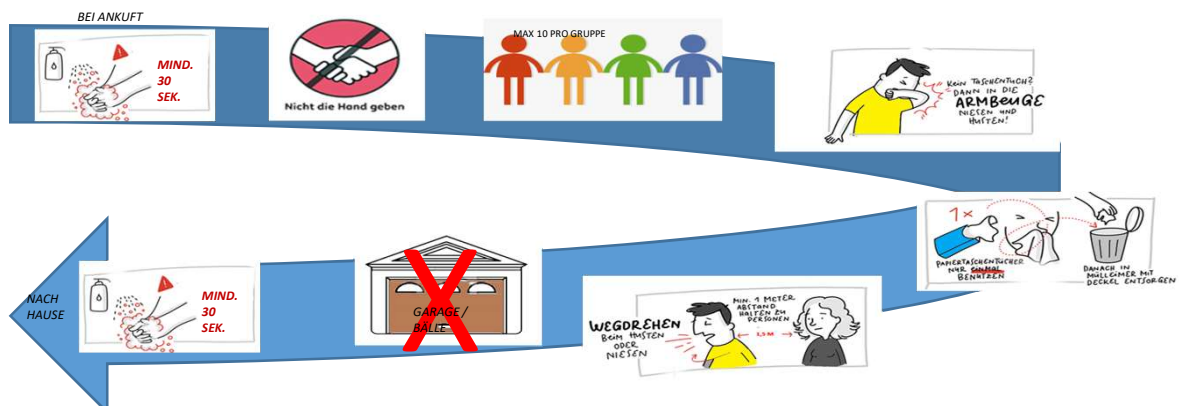
- Anreise, keine Fahrgemeinschaften
- Kurz vor dem Training (max. 10 Minuten) unter Vermeidung von Menschenansammlung kommen.
- Keine körperliche Begrüßungsrituale (z.B. Händedruck) durchführen.
- Eigene Getränkeflasche, die Zuhause gefüllt wurde verwenden
- Umziehen außerhalb der Sportanlage, Umkleiden und Sanitärräume mit Ausnahme der genannten Flächen sind verschlossen.
- Händewaschen / Handdesinfektion
- Mit dem örtlichen Hygienekonzept und Anweisungen des Trainers vertraut machen.
- Beim Trainer / Übungsleiter vor Training die Teilnahme zur Dokumentation anzeigen.

### WÄHREND DEM TRAINING

- Zuschauer sind nicht zu empfehlen und zu vermeiden, nur nach Freigabe durch Trainer / Übungsleiter
- Die Abstandsregeln sind über die gesamte Trainingsdauer von mindestens 1,5m zwischen sämtlichen Personen einzuhalten.
- Max. ~~10~~ **20** Personen pro Trainingsgruppe auf einer Trainings-/Spielfläche **von mind. 40m<sup>2</sup> pro Person**, wenn möglich Trainingsgruppe in jeder Woche beibehalten.
- Training von Sport- und Spielsituationen mit direkten körperlichen Kontakt ist untersagt.
- **Beendigung des Training wird in Gruppen (Gr.1-6) durchgeführt.**

### NACH DEM TRAINING

- Reinigung und Desinfektion der Trainings- und Spielgeräte / Bälle, keine Tore bzw. Hütchen die nur Trainer berührt hat.
- Händewaschen / Handdesinfektion
- **Kein Duschen nach dem Training, Umkleiden und Sanitärräume mit Ausnahme der genannten Flächen sind verschlossen.**
- Trainingsgelände umgehend verlassen.





**MINDESTABSTAND  
1,5 M WAHREN**



**HÄNDEHYGIENE  
EINHALTEN**



**NIES- UND  
HUSTENETIKETTE  
WAHREN**



**KONTAKT-  
BESCHRÄNKUNGEN  
BEACHTEN**



**BEI KRANKHEITSZEI-  
CHEN AUF EINEM  
BESUCH  
VERZICHTEN**



**MUNDSCHUTZ-  
PFLICHT IM SPORT-,  
SANITÄR- &  
UMKLEIDEBEREICH**



**ABSTÄNDE AUCH AUF  
WEGEN, DUSCHEN  
UND  
UMKLEIDEBEREICHE  
EINHALTEN**

# VIELEN DANK!

**WEITERE INFORMATIONEN:**

- Maximal nur 20 Personengruppe
- Registrierung der Zuschauer
- Datenmeldung der Trainingsteilnehmer

