



HANDREICHUNG ZUR WIEDERAUFNAHME DES HANDBALLBETRIEBS IN DER SPORTHALLE VOLPERTSHAUSEN IM RAHMEN DER CORONA-PANDEMIE



Stand: 15.6.2020

Voraussetzungen für Wiederaufnahme des Trainings

Grundlage für die Wiederaufnahme des Trainings ist der Hygieneplan für Sporthallen der Gemeinde Hüttenberg vom 15.5.2020, sowie die von der hessischen Landesregierung zum 15.6.2020 beschlossenen Lockerungsmassnahmen.

Trainings- und Wettkampfbetrieb ist gestattet, wenn

- er mit **mehr als zehn Personen kontaktfrei** bzw. unter Einhaltung eines **Mindestabstandes von 1,5 Metern** ausgeübt wird,
- **mit Kontakt** in einer Gruppe **mit höchstens zehn Personen** stattfindet.
- nur die persönliche Sportbekleidung und -ausrüstung einschließlich Badeschuhen, Handtüchern und ähnlichem verwendet wird,
- **Hygiene und Desinfektionsmaßnahmen**, insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten, durchgeführt werden,
- **Vereins- und Versammlungsräume** und ähnliches geschlossen bleiben und **Einzelumkleiden, Wechselspinde und Schließfächer sowie sanitäre Anlagen (Dusch- und Waschräume, Toiletten)** nur unter Beachtung der Empfehlungen des Robert Koch-Instituts für Hygiene genutzt werden; **Sammelumkleiden** von höchstens einer Person je angefangener 5 Quadratmeter Grundfläche genutzt werden, soweit keine festen Trennvorrichtungen angebracht sind (5-qm-Regelung)
- der Zutritt zur Sportstätte unter Vermeidung von **Warteschlangen** erfolgt und Risikogruppen im Sinne der **Empfehlung des Robert Koch-Institutes** keiner besonderen Gefährdung ausgesetzt werden.

Zuschauer sind nicht gestattet. Die Empfehlungen des Robert Koch-Instituts zur Hygiene sind zu beachten.

Alle detaillierten Informationen und die neuen Verordnungen und Regelungen sind unter

www.corona.hessen.de zu finden.

Vor Wiederaufnahme des Trainings

- vor dem ersten Training besprechen die Übungsleiter mit den Teilnehmern die organisatorischen und hygienischen Maßnahmen zum Schutz vor Ansteckung mit dem Coronavirus. Also Abstandsregeln, Handhygiene, Husten- und Niesetikette etc sowie spezielle Regelungen zum Trainingsbetrieb in der Sporthalle (s.u.)
Hauptübertragungsweg für das neuartige Coronavirus ist die Tröpfcheninfektion, erfolgt also auf direktem Weg über die Schleimhäute der Atemwege (Mund-Nasen-Rachen). Darüber hinaus ist auch eine indirekte Übertragung über Hände möglich, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut in Kontakt gebracht werden. Daher nicht mit den Händen ins Gesicht an Mund, Augen und Nase fassen. Husten und Niesen in die Armebeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen !
- vor dem ersten Training muss jede Teilnehmerin/jeder Teilnehmer eine „**Erklärung zur Teilnahme am Trainingsbetrieb**“ ausfüllen und unterschreiben. Die Erklärung kann von der Homepage es TUS heruntergeladen werden oder durch die ÜbungsleiterInnen verteilt. Die ausgefüllten Erklärungen werden von den Übungsleitern eingesammelt und zur Aufbewahrung an den 1. Vorsitzenden, Clemens Ruppert-Wertshäuser Strasse 8-35625 Hüttenberg, weitergeleitet.
- Zu jedem Training muss von den ÜbungsleiterInnen eine Teilnehmerliste („**Dokumentationsbogen Kleingruppentrainings**“) angefertigt werden. Eine Vorlage kann von der Homepage des TUS heruntergeladen werden. Hierauf ist jede Trainingseinheit und die Teilnehmer zu dokumentieren. Diese Listen müssen immer verfügbar sein und verbleiben bei den TrainerInnen. Zur Archivierung werden sie periodisch an den 1. Vorsitzenden weitergeleitet.

Ablauf der Trainingseinheiten

- Die TeilnehmerInnen werden zum oberen Eingang (Sportlereingang der Halle) gebracht. Eltern sollen die Turnhalle nicht betreten, sondern ihre Kinder vor der Halle absetzen oder abholen. Zuschauer sind während des Trainings nicht erlaubt. Die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training ist in jedem Fall zu vermeiden.
- In der Sporthalle besteht ein Einbahnstraßensystem mit getrennten Ein- und Ausgängen. Der Zutritt erfolgt ausschließlich „von oben“ über den Sportlereingang, der Ausgang über den unteren Zuschauereingang. Die Wegeführung wurde von der Gemeinde ausgeschildert. Der Zutritt zur Halle erfolgt nacheinander ohne Warteschlangen und unter Einhaltung des Mindestabstandes. Beim Betreten der Halle bis zu Beginn des Trainings ist eine Mund-Nasenbedeckung zu tragen. Jegliche Körperkontakte, z.B. zur Begrüßung, müssen unterbleiben. Nach Beendigung des Trainings muss die Mund-Nasenbedeckung wieder angelegt werden.
- Die TeilnehmerInnen einer Trainingsgruppe versammeln sich mit dem nötigen Abstand auf der Empore vor den Umkleiden. Nach Betreten der Halle sind die Hände zu desinfizieren. Jede Trainingsgruppe erhält einen Pumpspender mit Desinfektionslösung. Ist dieser leer kann er bei Stefan Schmidt aufgefüllt werden.
- Die Nutzung der Umkleidekabinen ist seit 15.6.2020 wieder erlaubt. Idealerweise erscheinen die TeilnehmerInnen einer Trainingsgruppe aber bereits in Trainingskleidung und wechseln nur ihre Schuhe in der Sporthalle. Alle TeilnehmerInnen bringen eigene Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit.
- Wenn die vorhergehende Trainingsgruppe die Halle verlassen hat (und erst dann !) gehen die TeilnehmerInnen mit den Trainern in die Halle. Dabei ist die Abstandsregel zu beachten. Die persönlichen Gegenstände, Kleidung, Handtücher, Getränke, Bälle/Sportgeräte werden in ausreichendem Abstand auf den Bänken der Tribüne abgelegt. Eine namentliche Kennzeichnung zB der Getränkeflaschen ist wünschenswert
- Bei mehr als 10 TeilnehmerInnen ist während der Trainingseinheit ein Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten, die TrainerInnen gewährleisten, dass dieser eingehalten wird. Bei bis zu 10 Personen kann die Trainingseinheit mit Kontakt in der Gruppe stattfinden.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden. (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung)
- Insbesondere bei sportlichen und gymnastischen Aktivitäten, muss gesichert sein, dass pro Person eine freie Fläche von 10 qm in dem Raum vorhanden ist. Die TrainerInnen haben darauf zu achten, dass dies eingehalten wird
- Soweit Übungen/Kurse im Sitzen/Stehen an festen Plätzen erteilt wird, bedeutet dies, dass die erforderlichen Abstände eingehalten werden müssen. Die Anordnung ist so zu gestalten, dass kein Face-to-Face-Kontakt besteht.
- Während des Trainings werden möglichst wenige Materialien verwendet. Sollten Materialien verwendet werden, so sind diese im Anschluss an das Training von den Teilnehmern und Trainern zu desinfizieren (Wischdesinfektion). Sprühflaschen mit geeigneter Desinfektionslösung und Einmalpapiertücher werden vom TUS für jede Mannschaft bereit gestellt.
- Die Benutzung der Toilette in der Halle ist auf ein Minimum zu reduzieren, der Toilettengang sollte möglichst im Vorfeld zu Hause erfolgen. In den Toilettenräumen sollte sich stets nur einzelne Teilnehmer aufhalten. Eine Mund-Nasenbedeckung ist zu tragen. Nach Benutzung der Toilette sind die Hände gründlich zu reinigen und zu desinfizieren.
- Zwischen den Trainingseinheiten sollte eine Pause von 10 Minuten vorgesehen werden, um Hygienemaßnahmen durchzuführen (Lüften) und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Beim Lüften ist eine Stoßlüftung bzw. Querlüftung durch vollständig geöffnete Fenster vorzunehmen. Eine Kipplüftung ist weitgehend wirkungslos, da durch sie kaum Luft ausgetauscht wird. Die Türen bleiben möglichst durchgehend zur Lüftung geöffnet.
- Nach dem Training verlassen die TeilnehmerInnen mit ihren Trainern gemeinsam die Halle durch den Zuschauerausgang und desinfizieren sich ein weiteres Mal die Hände. Ein weiterer Aufenthalt in der Sporthalle, im Vorraum oder auf dem Gelände rund um die Sporthalle ist nicht vorgesehen.

Was tun im Infektionsfall

- Bei einer festgestellten Corona-Infektion wird die betreffende Trainingsgruppe inklusive Trainer(stab) vom Trainingsbetrieb ausgeschlossen und die allgemein gültigen Maßnahmen werden eingeleitet.
- In diesem Fall sind Trainer-Team und Verein (sofort zu verständigen, damit die notwendigen Schritte eingeleitet werden können
- Der Vorstand des TUS meldet den Verdacht einer Erkrankung und das Auftreten von COVID-19-Fällen in Turnhallen der Gemeinde Hüttenberg ist dem Gesundheitsamt des Lahn-Dill-Kreis umgehend dem Gesundheitsamt (Schlossstraße 20, 35745 Herborn, 06441 407-1616, 06441 407-1055, gesundheitsamt@lahn-dill-kreis.de)
- Kontakt TUS:
 1. Vorsitzender
Dr. Clemens Ruppert
Wertshäuser Strasse 8
35625 Hüttenberg
06447/885685
0171/6564815
Info@TUS-Vollnkirchen.de
 - Abteilungsleiter Finanzen
Stefan Schmidt
Rädchen 22
35625 Hüttenberg
06447/922320
0160/5901743
Info@TUS-Vollnkirchen.de



Erklärung
zur Teilnahme am Trainingsbetrieb
des TUS 1965 Vollnkirchen e.V.
im Rahmen der Corona Pandemie



<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Name Teilnehmer(in)</i></p>	<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Vorname</i></p>
<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Geburtsdatum</i></p>	<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Mannschaft/Trainingsgruppe</i></p>
<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Gesetzlicher Vertreter(in) (bei minderjährigen Teilnehmern/Innen)</i></p>	
<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Anschrift</i></p>	
<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Telefon Festnetz/mobil</i></p>	<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Email:</i></p>

Hiermit erkläre ich, dass

- ich nur gesund, ohne Anzeichen von Symptomen einer Corona-Infektion* und auf eigene Verantwortung am Training des TUS 1965 Vollnkirchen e.V. teilnehme,
- ich in den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2 Fall hatte,
- mir die aktuellen Verhaltensregeln für zum Schutz vor Ansteckung mit dem Coronavirus (Abstandsregeln, Hygienemaßnahmen), sowie die speziellen Regelungen zum Trainingsbetrieb bekannt sind und ich mich daran halten werde,
- mir bewusst ist, dass durch den Trainingsbetrieb eine Ansteckungsgefahr durch das Coronavirus besteht.
- ich bei Anzeichen eines dieser Symptome* auf die Teilnahme am Trainingsbetrieb verzichtet werde und neben Kontakt zu örtlichen Anlaufstellen (Gesundheitsämter, hausärztliche Praxen etc.) auch meinen Trainer/meine Trainerin darüber informieren werde, um eine weitere Verbreitung des Virus innerhalb der Mannschaft zu verhindern (Nachweis von Infektionsketten)

Ich willige ein, meine oben angegeben personenbezogenen Daten zur weiteren Nutzung im Rahmen der Verhinderung einer Ausbreitung der Corona-Pandemie freizugeben.

*Die Symptome von Covid-19 sind eher unspezifisch und können auch u.a. bei einer Grippe auftreten, wie z.B. Fieber, allgemeines Krankheitsgefühl, Kopf- und Gliederschmerzen, (trockener) Husten, Geschmacks- und/oder Riechstörungen, Halsschmerzen, Schnupfen, übermäßiges Kältegefühl/Schüttelfrost, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall

Datum: _____

<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Unterschrift Teilnehmer(in)</i></p>	<hr/> <p style="text-align: center;"><i>Unterschrift gesetzlicher Vertreter(in)</i></p>
---	---

DOKUMENTATIONSBOGEN KLEINGRUPPEN-TRAINING (10 PERSONEN)

Verein: _____

Mannschaftszugehörigkeit: _____

Bezeichnung der Kleingruppe: _____

Trainer*in: _____

Bildung von 2er-Teams bei Passübungen: In der Tabelle werden die Paarungen für Pass-Übungen in der Spalte ‚Team‘ dokumentiert

Namen Sportler*innen:	Team (1-5)	Trainingseinheit #1	Trainingseinheit #2	Trainingseinheit #3	Trainingseinheit #4	Trainingseinheit #5
		Ort	Ort	Ort	Ort	Ort
		_____ Datum Zeit	_____ Datum Zeit	_____ Datum Zeit	_____ Datum Zeit	_____ Datum Zeit
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						

Namen Sportler*innen:	Team (1-5)	Trainingseinheit #6	Trainingseinheit #7	Trainingseinheit #8	Trainingseinheit #9	Trainingseinheit #10
		Ort	Ort	Ort	Ort	Ort
		_____ Datum Zeit	_____ Datum Zeit	_____ Datum Zeit	_____ Datum Zeit	_____ Datum Zeit
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						