



Konzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs

Inhalt:

1. Hygieneregeln für Außensportanlagen
2. Die zehn Leitplanken des DOSB
3. Vereinsspezifische Richtlinien
4. Trainingszeiten



1. Hygieneregeln für Außensportanlagen

- ⇒ Personen mit erhöhter Körpertemperatur und/oder Erkältungssymptomen dürfen die Sportstätte nicht betreten.
- ⇒ Bei Sportstätten im Freien dürfen nicht mehr als eine Person pro 20 m² Nutzungsfläche trainieren; der Mindestabstand zwischen Sportlern und Trainern ist in jeder Trainingseinheit sowie den Pausen einzuhalten.
- ⇒ Trainingseinheiten mit Mannschaftsspielcharakter sind nicht erlaubt. Jeglicher Körperkontakt ist zu vermeiden.
- ⇒ Enge Bereiche sind so umzugestalten oder der Zugang zu beschränken, dass der Mindestabstand eingehalten werden kann.
- ⇒ Trainingsgeräte sind nach der Benutzung zu reinigen.
- ⇒ Die Sportstätte darf für den Publikumsverkehr nicht geöffnet werden.
- ⇒ Training und Wettkämpfe sind nur entsprechend der Vorgaben der Bundesfachverbände durchzuführen.
- ⇒ Ab dem 10.4. haben sich gemäß der Sächsischen Corona-Quarantäne-Verordnung alle Personen, die aus dem Ausland eingereist sind, 14 Tage in häusliche Quarantäne zu begeben. Der Besuch der Sportstätten ist diesen Personen daher verboten.

(Quelle: Landessportbund Sachsen)



2. Die zehn Leitplanken des DOSB

1. Distanzregeln einhalten

Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.

2. Körperkontakte müssen unterbleiben

Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z. B. in Sportsportarten, sollte unterbleiben. In Zweikampfsportarten kann nur Individualtraining stattfinden.

3. Mit Freiluftaktivitäten starten

Sport und Bewegung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten, im Freien durchgeführt werden.

4. Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden. In einigen Sportarten kann der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll sein.

5. Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird vorerst ausgesetzt. Die Gastronomiebereiche bleiben geschlossen, ebenso wie die Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume.

6. Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans. Zu- dem ist auf touristische Sportreisen zu verzichten.

7. Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen

Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Die Bundesregierung hat es Vereinen kurzfristig gestattet, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen in den Vereinen untersagt. Nicht gestattet sind zunächst auch sportliche Wettbewerbe.

8. Trainingsgruppen verkleinern

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (bis zu fünf Personen), die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.

9 .Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Individualtraining kann eine Option sein.

10. Risiken in allen Bereichen minimieren

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

(Quelle: DOSB - in der Version vom 28. April 2020)



3. Vereinsspezifische Richtlinien

- ⇒ einmalige Belehrung aller Spieler über die Punkte 1 – 3 durch die Trainer
- ⇒ es ist zwingend erforderlich die Punkte von 1. und 2. zu befolgen, wir appellieren hierbei an die Trainer, dass dies so umgesetzt wird
- ⇒ sollten Corona-Fälle bei Spielern/Trainer und deren Umkreis auftreten, bitten wir um sofortige Meldung, damit Maßnahmen getroffen werden können
- ⇒ die Teilnahme am Trainingsbetrieb ist freiwillig, insbesondere ist hierzu nochmal der letzte Punkt aus 2. herbeizuführen
- ⇒ das Training findet in Kleingruppen statt (1 Trainer + 4 Spieler) – es sollte darauf geachtet werden, dass die Zusammensetzung der Gruppen immer gleich ist (siehe Punkt 7 unter 2.) – die Unterteilung obliegt den Trainern anhand der Trainingszeiten unter 4.
- ⇒ die Großfelder in Panitzsch und Borsdorf werden geviertelt und die Kleinfelder halbiert, so dass pro Viertel (Großfeld) bzw. pro Hälfte (Kleinfeld) eine Trainingsgruppe (1 Trainer + 4 Spieler) unter Einhaltung der Punkte 1-3 von 2. trainieren kann.
- ⇒ die Trainingszeiten der Mannschaften sind zeitverzögert angesetzt, um größere Menschenansammlungen bei An- und Abreise zu vermeiden.
- ⇒ alle Spieler müssen umgezogen und erst zur Startzeit zum Training erscheinen
- ⇒ die Umkleidekabinen sowie die Vereinsgebäude stehen nicht zur Verfügung → somit kein Duschen möglich
- ⇒ jede Mannschaft erhält zunächst eine Pumpflasche Desinfektionsmittel sowie ausreichend Handtücher zur Einmalnutzung
- ⇒ Folgendes ist insbesondere für Eltern von Nachwuchsspielern zu beachten:
 - Zuschauen beim Training ist nicht gestattet
 - bei An- und Abreise im Auto bleiben
 - für eine pünktliche An- und Abreise sorgen



- Fahrgemeinschaften sind untersagt
- kein Längeres Aufhalten nach der Trainingseinheit auf dem Sportgelände
- Training außerhalb der unter 4. Genannten Zeiten ist nicht gestattet

⇒ Aufgaben für die Trainer:

- Exakte Einhaltung der Regeln unter 1./2./3.
- Befolgen der Trainingszeiten aus 4.
- keine Spielformen, Zweikämpfe oder ähnliches – Abstandsregel beachten
- Desinfizieren von Trainingsutensilien nach jeder Trainingseinheit
- Protokollierung jeder Trainingseinheit (siehe Vorlage unter 5.)



4. Trainingszeiten

Die folgenden Zeiten gelten ab dem 11.05.2020 bis auf Weiteres.

Sportplatz Panitzsch:

Montag:

16:45 bis 18:15 / F1-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:00 bis 18:30 / F2-Jugend (Kleinfeld / 2 Hälften / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:15 bis 18:45 / C-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)

Dienstag

16:30 bis 17:30 / Bambinis (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
16:45 bis 18:15 / E4-Jugend (Kleinfeld / 2 Hälften / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:00 bis 18:30 / E3-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
19:00 bis 20:30 / 1. Herren (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 2 Trainer)

Mittwoch:

16:45 bis 18:15 / F1-Jugend (Kleinfeld / 2 Hälften / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:00 bis 18:30 / F2-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:15 bis 18:45 / C-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
19:00 bis 20:30 / A-Jugend (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 2 Trainer)

Donnerstag:

16:45 bis 18:15 / E4-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:00 bis 18:30 / E3-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
19:00 bis 20:30 / 1. Herren (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 2 Trainer)

Freitag:

17:00 bis 18:00 / Bambini (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 4 Trainer)
19:00 bis 20:30 / A-Jugend (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 2 Trainer)



Sportplatz Borsdorf:

Montag:

16:45 bis 18:15 / E1-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:00 bis 18:30 / E2-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
19:00 bis 20:30 / 2. Herren (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 2 Trainer)

Dienstag:

16:30 bis 18:00 / D-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:00 bis 18:30 / B-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)

Mittwoch:

16:45 bis 18:15 / B-Jugend (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 4 Trainer)
18:30 bis 20:00 / Frauen (Kleinfeld / 2 Hälften / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
19:00 bis 20:30 / Senioren (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 2 Trainer)

Donnerstag:

16:30 bis 17:30 / E1-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
16:45 bis 18:15 / E2-Jugend (Kleinfeld / 2 Hälften / max. 8 Spieler + 2 Trainer)
17:00 bis 18:30 / D-Jugend (Großfeld / 2 Viertel / max. 8 Spieler + 2 Trainer)

Freitag:

18:30 bis 20:00 / Frauen (Großfeld / 4 Viertel / max. 16 Spieler + 2 Trainer)